

TIMEPLAN – Gjeldende fra 01.01. 2012

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
kl 8 - 21	kl 8 - 21	kl 8 - 21	kl 8 - 21	kl 8 - 18	kl 10 - 13	Stengt
kl 08.30-9.30 Sirkel Kari Lise	08.00– 09.00 Sirkel Inger Lise	09.00– 10.00 Sirkel Else	09.00– 10.00 *Core/Balanse Else	08.30 - 9.30 Sirkel Inger Lise		
10.00 - 11.00 Godt Voksen Kari Lise	10.00 - 11.00 Godt Voksen Inger Lise	10.30 - 11.15 *Zumba Gold Ann Helen	10.30 - 11.30 Godt Voksen Else	10.00 - 11.00 Godt Voksen Inger Lise	10.00 - 11.00 Sirkel Daniela/Halvard/Stig	
		11.15 - 12.00 *Zumba Gold Ann Helen			11.30 - 12.30 *Sal/Sirkel Daniela/Halvard/Stig	
		14.00 - 15.00 Myk Start Kari Lise		16.00 - 17.00 Sirkel Daniela/Halvard/Stig		
16.30 - 17.30 Sirkel Inger Lise	16.30 - 17.30 *Zumba Ann Helen		17.00 - 18.00 Sirkel Kristine	17.00 - 18.00 Sirkel Daniela/Halvard/Stig		
18.00 - 19.00 *Stretch/avspenning Inger Lise	17.30 - 18.30 *Zumba Ann Helen	17.30 - 18.30 *Zumba Ann Helen	18.00 - 19.00 *Pilates Kristine			
18.30 - 19.30 Sirkel Daniela	18.00 - 19.00 Cross Fit Halvard	19.00 - 20.00 Sterk med Dr. Stig	19.00 - 20.00 *Pilates Kristine			
19.30 - 20.30 *Core/Balanse Daniela	19.30 - 20.30 Sirkel Halvard	20.00 - 21.00 Sirkel Dr. Stig	19.30 - 20.30 Sirkel Eirik			

