

TIMEPLAN VÅR 2020

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
10:00-10:55 Sal A Aerobic mix Sandra	10:00-10:55 Sal C Aerobic/step Tatsiana		10:00-10:55 Sal C Aerobic Siri	
11:00-11:55 Sal A Basis styrke Sandra	11:00 - 12:15 Dansesal GymX YOGA Lisbeth (NYHET!)		11:00-11:55 Sal C Senior herrer Per Gunnar	
15:30-16:55 Sal A Cheerleading Jr viderekommende Victoria	11:00-11:55 Sal C Senior herrer Aleksander		12:00-12:55 Sal C Senior damer Reidun	16:30 -18.00 Sal A Cheerleading peewee 5-6 klasse Victoria
16:00-16:55 Tramp hall Tramp for alle (tilrettelagt) Aleksander Egen påmelding	12:00-12:55 Sal C Senior damer Reidun	14:30-16:00 Tramp hall Etter skoletid 4.-7. klasse Per Gunnar	16:00-17:55 Sal A/Dansesal Showturn 5. klasse + Sara	15:30-16:25 Tramp hall Trampett 1.-7. klasse trinn 1 (2) Regine
17:00 - 18:25 Tramp hall Trampett 1-7 klasse trinn 3 Aleksander, Magnus	16:00-16:55 Sal A Turnlek med foresatte 2-4 år Anna	16:00 - 16:55 Sal A Cheerleading Mini 3-4 klasse Thorkatla	17:00 - 17:55 Sal A Turnlek 3-5 år Emilie, Sigrid	16:30-17:25 Tramp hall Trampek 1, 4-6 år Regine
17:00-17:55 Dansesal Danselek 4-6 år Live	16:00 - 16:25 Dansesal Danselek 4-6 år Live	16:30-17:55 Tramp hall Trampett 1.-3. kl trinn 2 Magnus	17:30-18:55 Sal B Cheerleading jr 6. kl+ Victoria	17:30-18:25 Tramp hall Trampek 2, 4-6 år Regine
18:30-19:55 Tramp hall Trampett 4.-7. kl trinn 2 (1) Aleksander	16:00-17:00 Tramp hall Trampett 4.-7. kl trinn 2 (2) Magnus	17:00-17:55 Sal B RG åpent teknikktraining Ellen	18:00-18:55 Sal A GymX Step Louise	18:00-19:00 Sal B Senior Herrer Svein
18:00-18:55 Sal B GymX Aerobic styrke Kristin	17:00-17:55 Sal A Turnstigen 6-8 år Anna	18:00-18:55 Sal B RG åpent 6. klasse+ Ellen	19:00-19:55 Sal A+B GymX Beveglighet og styrke Anette	18:00-19:00 Sal A GymX Høy puls Siri
19:00-19:55 Sal B+C GymX Aerobic styrke Åsa	17:00-17:55 Sal B RG åpent 1.-2. klasse Ellen	18:00-18:55 Tramp hall Trampett 1.-3. kl trinn 1 (1) Jørgen		
20:00-21:55 Tramp hall GymX Trampett for voksne Mogens	18:00-18:55 Sal A Stevnetrening veteraner Turid	18:00-18:55 Sal A Tumbling og airtrack 4.-5. kl Emma		
20:00-21:00 Sal B Stevnetrening damer Turid	18:00-18:55 Sal B RG åpent 3.-5. klasse Ellen	19:00-19:55 Tramp hall Trampett 4.-7. kl trinn 1 (1) Jørgen		
	18:00-18:55 Dansesal GymX Qigong Gunhild	19:00-19:55 Sal A Tumbling og airtrack 6.-7. kl Emma		
	19:00 - 19:55 Dansesal GymX Strong by Zumba Aida (NYHET!) starter uke 3	18.00 - 18.55 Dansesal RG for alle (tilrettelagt) Mia og Jenny (egen påmelding)		
	19:00-19:55 Sal A+B GymX Høy puls Siri	19:15 - 20.30 Dansesal GymX YOGA Lisbeth (NYHET!)		
		20:00-21:30 Trampethall Trampett 8.-10 klasse Aleksander		
		19:00-20:30 Sal C Cheerleading jr viderekommende Victoria		
		19:00-19:55 Sal B GymX Aerobic mix Sandra		
		20:00-20:55 Sal B GymX Senior Herrer Svein		
		20:00-21:30 Sal A GymX Turn for voksne Silje		

RG bredde for barn

Fargekoder:

GymX - trening for voksne

Trampett bredde for barn

Bredde for barn og unge