



## Treningstider Svalbard Turn 2020

Tider	Mandag						Tirsdag						Onsdag					
	Svøm	Spin	Pistol	A	B	C	Svøm	Spin	Pistol	A	B	C	Svøm	Spin	Pistol	A	B	C
14:00 14:30		Kl. 07.00																
14:30 15:00																		
15:00 15:30							Kajakk polo kl.1515											
15:30 16:00							1630											
16:00 16:30				Hallen opptatt														
16:30 17:00				Hallen opptatt														
17:00 17:30				Svøm styrke	Turn 5.kl ->	Turn 3.-4. kl												
17:30 18:00																		
18:00 18:30																		
18:30 19:00	Svøm barn			Klatring + *Bordtennis	5.kl >													
19:00 19:30					Tissue	Polarpuls												
19:30 20:00																		
20:00 20:30	Svøm																	
20:30 21:00	Masters		Pistol		Innebandy													
21:00 21:30																		
21:30 22:00																		
22:00 22:30																		

Skigruppa kl. 18.00,  
3. klasse +  
Sjakk kl. 1800 - 2200,  
møterom i hallen

Joggegruppe fra Lompen  
(Gruvebusen) kl. 18.30  
Kickboksing i squashhallen  
kl. 2000 - 2200



\*Bordtennis: Kl. 1830-1930 Nybegynner  
Kl. 1930-2100 Viderekommende

\*Bordtennis: Kl. 1830-1930 Nybegynner  
Kl. 1930-2100 Viderekommende

