

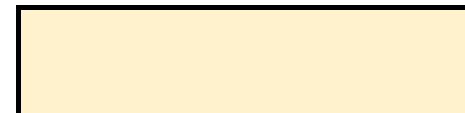


Treningstider Svalbard Turn 2020/2021

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							garderobebytte 16.45											
17:00 17:30				Svøm styrke	Turn 5.kl ->	Turn 3.-4. kl	Svøm		Bue skyting	Fotball gutter 6 - 7 klasse								
17:30 18:00							Hval			Fotball gutter 4-5 klasse								
18:00 18:30							Pingvin			Fotball gutter 8 - VGS								
18:30 19:00	Svøm Elite A + B			Klatring + *Bordtennis	Turn 7. kl - voksen	Polarpuls	Elite A		Spinning	Fotball gutter 8 - VGS								
19:00 19:30											Fotball jenter 8 - VGS							
19:30 20:00																		
20:00 20:30	Svøm Masters		Pistol		Innebandy													
20:30 21:00																		
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 (Grubebusen) 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

