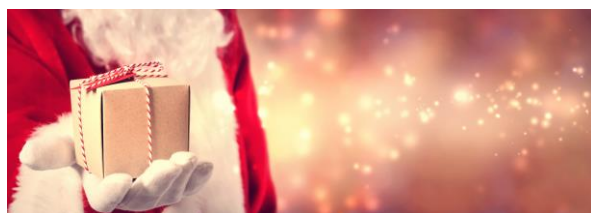


Juletimeplan 2019



Mandag 23.12 Åpningstid: kl. 07.45-18.00	Julaften, 1. og 2. juledag 24.12 - 26.12	Fredag 27.12 Åpningstid: Kl. 07.45-18.00	Lørdag 28.12 Åpningstid Kl. 09.00-15.00	Søndag 29.12	Mandag 30.12 Åpningstid: Kl. 07.45-20.30	Tirsdag 31.12 Åpningstid: Kl. 09.00-14.00
09.00-10.00 Kondisjon/Styrke Martin	STENGT	10.15-11.00 Sykkel/Styrke Mads		STENGT	09.00-10.00 Kondisjon/Styrke Kristin T	
10.30-11.30 Julemix Grete		11.00-12.05 Mix Marit	10.00-10.55 Kondisjon/Styrke Jørgen		10.30-11.30 Voksen Tone S	10.00-10.55 Kondisjon/Styrke Kristin L
		12.00-13.00 Kropp i balanse Ingeborg	11.15 - 12.00 Sykkel/Styrke Kristin L			11.15 - 12.00 Sykkel/Styrke Mads
16.30-17.25 Sykkel intervall Mads		16.30-17.25 Kondisjon/Styrke Jørgen			17.00-17.55 Sykkel intervall Mads	
					18.30-19.15 Styrke Mads	



Nyhet! Vi holder åpent på Nyttårsaften! Start året med en god treningsøkt!

God jul og godt nytt år fra alle oss på Friskvern Aktiv!

www.friskvernaktiv.no