



Timeplan Våren 2018

FRISKIS&SVETTIS JEVNAKER

Friskis&Svettis tilbyr lystbetont og lett tilgjengelig trening av høy kvalitet for alle!

Prøv oss i 14 dager, gratis! Velkommen på trening!

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Lørdag
16.00 Veienmarka ungdom.skole Basis v/ Turid	18.30 Brugata 12 Spinn60 v/ Kari	17.00 Veienmarka ungdom.skole Enkel - tilrettelagt trening v/ Beate og Sigri	18.00 Brugata 12 Spinn intervall lang (75min) v/ Beate	10.00 Toso skole Ambulerende**
17.00 Toso skole Enkel - tilrettelagt trening v/ Mari og Tove Mette	19.30 Jevnaker skole Dans Fusion v/ Irene	18.00 Veienmarka ungdom.skole Basis Ambulerende ledere	18.45 Toso skole Core (50 min) v/ Camilla G	**Se oppslag på Toso eller på FB
18.00 Brugata 12 Spinn Soft (50 min) v/ Stine		18.00 Toso skole Basis v/ Thea	19.45 Toso skole PowerHour v/ Carina	
18.00 Toso skole Basis v/ Lene Varighet: 60 min		18.30 Brugata 12 Spinn60 v/ Beate (oddetall) v/ Tove Kristin (partall)		
19.00 Brugata 12 Spinn Pyramide v/ Tove Kristin				
19.15 Toso skole Sirkeltrening v/ Mari				

Timeplanen kan endres i løpet av året.

Oppdatert timeplan finner du alltid på www.jevnaker.friskissvettis.no