

Gruppetimeplan

Mandag		Tirsdag		Onsdag		Torsdag		Fredag		Lørdag		Søndag	
Hovedsal	Performance	Hovedsal	Performance	Hovedsal	Performance	Hovedsal	Performance	Hovedsal	Performance	Hovedsal	Performance	Hovedsal	Performance
	10:30 - 12:30 Barnepass (Oppe)				10:30 - 12:30 Barnepass (oppe)						10:00-11:00 Spinning (Rullerende)		
18:00-18:45 Spinning Blanca						18:30-19:25 Spinning Kari		18:00-19:00 Zumba Adriana					
18:50-19:40 Styrke Blanca	18:50-19:35 BootCamp Truls/Svein	19:00-20:00 Zumba Adriana	19:00-20:00 Kettlebell Trude	19:00-20:00 Tabata Blanca	19:00-19:45 BootCamp Truls	19:30-20:00 Styrke Kari			19:00-20:00 Grappling/Bryting Øystein/Sebastian				
	20:05-21:05 Spinning Christine				20:05-20:50 HIIT/Einherjer Truls		20:05-21:05 Mindfull Stretch Kari						