

# Avdelingstimeplan TIF Viking

## Treningstider i Vikinghallen

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
	08.30-11.00 Chr.Krybbe	09.45-10.45 Chr. Krybbe	08.30-11.00 Chr.Krybbe		10.00-11.00 Volleyball	
10.30-11.30 Damer Formiddag	11.00-12.00 Damer Formiddag	11.30-13.00 Chr.Krybbe	11.30-12.30 Damer Formiddag	09.30-11.00 Chr. Krybbe	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p><b>ÅPEN HALL</b> 12.00 - 16.00, så sant hallen ikke er utleid til annen aktivitet.</p> <p>Sjekk <a href="http://www.tifviking.no">www.tifviking.no</a></p> </div>	
11.30-14.00 Chr.Krybbe	12.00-13.00 Herremosjon Jonas	13.30-15.00 Rothaugen	12.30-13.30 Herremosjon Jonas	11.00-12.00 Damer Formiddag		
14.00-16.00 Idretts SFO	14.00-16.00 Idretts SFO	16.15-17.00 Lek og Idrett 2-4 år	13.30-15.00 Rothaugen	11.30-13.30 Chr.Krybbe		
16.00 - 17.00 Turn 4-6 år	16.00-17.00 Håndball J 2016	17.00-18.00 Håndball G 2015/2016	14.00-16.00 Idretts SFO	13.30-15.00 Rothaugen		
16.30-17.15 Taekwondo 1 og 2 klasse	17.00-18.00 Håndball J/G 2014	17.15-18.00 Taekwondo 1.-4.klasse	16.00-17.00 Håndball J/G 2014			
17.15-18.00 Taekwondo 3-4.klasse	17.00-18.00 Taekwondo Kamptrening	17.30-18.30 Fundance Speilsal		15.00-17.00 Volleyball		
17.00-18.00 Turn 7-9 år	17.00-18.00 Sprek Viking	18.00-19.00 Turn 7-9 år	16.30-18.00 Taekwondo Kamptrening	16.00-17.30 Taekwondo Kamp		
18.00-19.00 Taekwondo 5-7 klasse	18.00-19.00 Orientering	18.00-19.00 Taekwondo 5-7.klasse	17.00-18.00 Lek og idrett 4-7 år	17.00-18.00 Sportsdrill		
18.00-19.30 Ski	18.00-19.00 Basis Avd.	19.00-20.00 Turn 10+	18.00-19.00 Sprek Viking	18.00-20.00 Turn Konkurransen- parti		
19.00-20.30 Taekwondo 8. klasse og oppover	19.00-20.00 Fridrett (ute fra 18.15)	19.00-20.30 Taekwondo 8.klasse og oppover	19.00-20.00 Friidrett (ute fra 18.15)			
19.30-21.00 HDFI Herrer	20.00-21.30 Fotball 7.div	20.00-21.00 HDFI Herrer	KIA 20.00-21.30			