

SOMMERTIMEPLAN 2016

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
10.00 Sommermix	09.45 Sykkel og sterk	11.00 Aktiv Rehab sirkel	11.00 Glatrim	11.00 Yogalates	11.00 Sommersurprise Følg med på nett	
16.30 Pilates						
17.30 Figur	17.30 Spinn 60	17.30 Sommerstyrke	17.30 Zumba			
18.30 Spinn 60	18.30 Smidig		18.30 Styrke			
19.30 Yogalates			18.30 Spinn 60			



I uke 25 arrangerer TIF Viking sommerleir for barn og unge og timene om formiddagen vil være alternative. Følg med på nett.

Høsttimeplan kommer 5. september!

Åpningstider Vikinghallen:
Mandag-torsdag: 07.00-21.00
Fredag: 07.00-20.00
Lørdag og søndag: 10.00-17.00

