

# TRENINGSTIMER I VIKINGHALLEN HØST 2024

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG		
10.30-11.30 Damer formiddag			10.30-11.30 Damer formiddag			
	12.30-13.30 Herreosjon		12.30-13.30 Herreosjon			
11.30-13.15 Christi Krybbe		11.30-13.15 Christi Krybbe	11.30-13.15 Christi Krybbe	11.30-15.00 Christi Krybbe	<b>ÅPEN HALL LØRDAG OG SØNDAG</b>  Klokken 12 - 16 så sant hallen ikke er utleid til annen aktivitet. Sjekk <a href="http://www.tifviking.no">www.tifviking.no</a> for mer informasjon	
14.00-16.00 Håndball-SFO	14.00-16.00 Idretts-SFO	14.00-16.00 Håndball-SFO	14.00-16.00 Idretts-SFO			
16.00-17.00 Turn 4-5 år	16.00-17.00 Handball J2016	16.00-17.00 Lek og Idrett 3-5 år	16.00-17.00 Handball J2014	15.00-17.00 Volleyball		
16.30-17.15 Taekwondo 1.-2. klasse	16.30-17.30 Taekwondo	17.00-18.00 Handball G/J2018	16.30-18.00 Taekwondo	16.00-17.00 Taekwondo		
17.00-18.00 Turn 6-9 år	17.00-18.00 Handball G2014	17.15-18.00 Taekwondo 1.-4. klasse	17.00-18.00 Handball G/J2017	17.00-18.00 Turn 10-13 år		
17.15-18.00 Taekwondo 3.-4.klasse	17.00-18.00 Sprek Viking	18.00-19.00 Turn 6-9 år	18.00-19.00 Handball J2015			
18.00-19.00 Taekwondo 5.-7. klasse	17.30-18.30 Taekwondo	18.00-19.00 Taekwondo 5.-7. klasse	18.00-19.00 Sprek Viking			
18.00-19.00 Ski	18.00-19.00 Friidrett	19.00-20.00 Turn 10-13 år	19.00-20.00 Friidrett			
19.00-20.30 Volleyball JU15	19.00-20.00 Orientering	19.00-20.00 Taekwondo 8. kl +	20.00-21.30 KIA			
19.00-20.30 Taekwondo 8. kl +		20.00-22.00 HDIF				
20.30-22.00 HDIF						