

# TIMEPLAN VIKINGHALLEN

## VELKOMMEN TIL OSS!

MANDAG	11.00 AKTIV REHAB AUGUST	12.00 GLATRIM AUGUST	16.00 PULS AUGUST	16.30 BODYWEIGHT AUGUST	17.30 SPINN BODYPUMP AUGUST	18.30 FLEXISTYRKE AUGUST
TIRSDAG	11.00 GLATRIM BJØRG	12.30 SYKKEL OG STERK 90 AUGUST	17.00 TABATA AUGUST	18.00 SPINN BOOTCAMP AUGUST	19.00 STYRKE VILDE	
ONSDAG	10.00 STYRKE OG BALANSE LEA	11.00 YOGA LISE	12.00 SYKKEL OG STERK AUGUST	13.00 AKTIV REHAB LEA	18.00 TABATA CAMILLA	
TORS DAG	10.30 SYKKEL OG STERK 90 JONAS	12.00 GLATRIM BJØRG	13.00 AKTIV REHAB LEA	19.00 STYRKE TROND	20.00 SPINNING TROND	★ NOEN AV TIMENE TORS DAG KLOKKEN 20 UTGÅR. SE RUBIC
FREDAG	11.00 YOGA LISE	12.00 STYRKE LISE	16.30 BOOTCAMP RULLERER			

HUSK PÅMELDING TIL TIMENE VIA RUBIC!

VÅRE ÅPNINGSTIDER:  
MANDAG-TORS DAG 06-22  
FREDAG: 06-20  
LØRDAG-SØNDAG: 10-17

HARD

MIDDELS  
HARD

MIDDELS

REHAB/  
LETT