

Klokken	Man	Tir	Ons	Tor	Fre
09:00				<b>LET`S DANCE (ANNE)</b>	
10:00	<b>SPINNING (HAAVARD)</b>	<b>FELDENKRAIS (ELSE)</b>		<b>SPINNING (ODD OLAV)</b>	<b>PILATES (ANNE)</b>
11:00	<b>MASALA BHANGRA (ANNE)</b>				
16:00					<b>AEROBIC (ANNE)</b>
18:00	<b>PILOXING (ANNE)</b>	<b>SIRKELTRENING (ODD OLAV)</b>		<b>*KONDIS DANS (LINDA)</b>	
18:30			<b>MRL (KRISTINA)</b>		
19:00	<b>PILATES (ANNE)</b>				
19:15				<b>KUNDALINI YOGA 1½ t (RITA)</b>	
19:30		<b>*POWERSTEP (INGEBORG)</b>	<b>SPINNING (STEIN ERIK)</b>		



**TIMEPLAN GJELDENDE FRA 30.01.17**

Treninga er bemannet/ er telefonfjengelig:  
man.-tors: 0900 til 2000, fred: 0900 til 1600.

(NB! av og til holder vi i resepsjonen time)

Kontakt oss på tlf nr. 61123077/

40060588 Anita- 92893032 Anne

resepsjonh.ov@totentreningssenter.no

\*NYHET! ✨ Kundalini yoga med Rita Kjelme, kjøres frem til påske. Påmelding og åpen også for dropp- in for ikke-medlemmer (150,- kr). ✨MRL = MAGG/RUMPE/LÅR: eksplisiv styrketrening m/ stølhetsgaranti ☺

**\*NYTT TIDSPUNKT FOR TIME**