













# GRUPPETRENING UKE 51 - **SISTE UKE FØR JUL**

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	LØRDAG
<b>07:15</b> <b>Morgenfrisk</b> v/ Torhild 	<b>17:00</b> <b>Yoga</b> v/ ToneLise 	<b>18:00</b> <b>Sykkel</b> v/ Tonje 	<b>17:00</b> <b>Yoga</b> v/ Gunhild 	<b>10:00</b> <b>Styrke total</b> v/ Øystein 
<b>09:00</b> <b>StyrkeSirkel</b> v/ Øystein 	<b>18:30</b> <b>Styrke total</b> v/ Daniel 	<b>19:00</b> <b>PILATES</b> v/ Tina 	<b>19:00</b> <b>BootCamp</b> v/ Emilie 	
<b>12:00</b> <b>Slag og balansegruppe</b> v/ Øystein 				
<b>17:30</b> <b>Sykkel</b> v/ Andreas 				
<b>18:45</b> <b>TABATA</b> v/ Øystein 				



**Blå timer:** Tilgjengelig for medlemmer av treningsstudioet. Med forbehold om endringer- og avlysning av timer ved færre enn 3 påmeldte