

Timeplan for Februar 2012

Stranda Treningscenter



MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LAURDAG
17:30-18:00 Spinn 30 min <i>Janet</i>	18:30-19:10 Spinn 40 min <i>Line</i>	DAGTIME 10:00-11:30 Spinn 30 min Styrke / Body-pump 60 min NB: Dagtimen er kvar veke!	18:30-19:30 COREBAR <i>Brita</i>	16:30-17:30 Spinn 60 min <i>Turnus</i>	16:00-17:00 ZUMBA DANS <i>Antonina</i>
18:00-19:00 Body Pump <i>Janet</i>	19:10-19:45 Styrketrening utan bruk av Vektstang <i>Line</i>	17:30-18:30 Spinn 60 min <i>Paul Ivar</i>	19:00-19:30 Spinn 30 min <i>Line</i>		
19:00-20:00 COREBAR <i>Marianne</i>		18:00-19:00 ZUMBA DANS <i>Antonina</i>	19:30-20:15 Styrkesirkel <i>Line</i>		
		18:30-19:45 Kombi: Spinn 45 min Styrke 30 min <i>Janet</i>			