



Timeplan pusterommet 2020

Mandag 9:00-13:30	Tirsdag 9:00-14:00	Onsdag 9:00-13:30	Torsdag 9:00-14:00	Fredag 9:00-14:00
9:00-11:00 Egentrening	9:00-11:00 Egentrening	9:00-11:00 Egentrening	9:00-11:00 Egentrening	9:00-14:00 Egentrening
11:00-12:00 Step/styrke + avspenning	11:00-12:00 Sirkeltrening + avspenning	11:00-12:00 Yoga	11:00-12:00 Sirkeltrening + avspenning	
12:30-13:30 Egentrening	12:30-14:00 Egentrening	12:30-13:30 Egentrening	12:30-14:00 Egentrening	

Åpningstider:

Mandag og onsdag: 9:00-13:30, tirsdag, torsdag og fredag: 9:00-14:00.

Pusterommet er ubemannet mellom 12-12.30, da trening etter avtale.

Fysioterapeut Therese Haare, Tlf: 918 07 649