

FRISKLIVSSENTRALEN

Gruppetrening 2022

HERRETRIM i gymsalen, ØSUS
MÅNDAGAR kl. 16.15-17.15
Instruktør Vegar Rudiløkken tlf. 90832364

DAMETRIM i gymsalen, ØSUS
TYSDAGAR kl. 16.00-17.00
Instruktør Liv Vingdal tlf. 97605755

BALANSETRENING i festsalen, Tingvang
FREDAGAR kl. 9.00-11.15:
Kl. 09.00-10.00: Nivå 2 – vidarekomne
Kl. 10.15-11.15: Nivå 1 – nybyrjarar
Instruktør Ingrid Øihaugen tlf. 90246121