



Øystre Slidre Gruppetrening 2024

MÅNDAGAR kl. 13.00-14.00, startar 8/1

STERK OG STØDIG på Tingvang

Instruktør Lina tlf. 90555588/ Ingrid tlf. 90246121

TYSDAGAR kl. 9.30-10.30, startar 9/1

STERK OG STØDIG på Moatunet

Instruktør Lina tlf. 90555588/ Ingrid tlf. 90246121

TYSDAGAR kl. 16.00-17.00, startar 9/1

STYRKETRENING på Øystre Slidre ungdomskule

Instruktør Liv tlf. 97605755

TORSDAGAR kl. 12.15-13.15, startar 11/1

STERK OG STØDIG på Beitostølen Helsesportsenter

Instruktør Ellen tlf. 97777191/ Ingrid tlf. 90246121

FREDAGAR kl. 11.00-12.00, startar 26/1

BALANSETRENING på Treningsrommet på Heggenes

Instruktør Ingrid tlf. 90246121

FREDAGAR kl. 11.00-12.00, startar 19/1

Gruppetrening på Helsetunet

Instruktør Ingrid tlf. 90246121