

# Juleplan 2

24. des - 31. des 2017

Søndag 24.12 kl. 10-14	Mandag 25.12 kl. 10-16	Tirsdag 26.12 kl. 10-16	Onsdag 27.12 kl. 8-20	Torsdag 28.12 kl. 8-20	Fredag 29.12 kl. 8-20	Lørdag 30.12 kl. 9-16	Søndag 31.12 10-14
			08.15-09.45 Self Practice Yoga u/instruktør	08.15-09.45 Self Practice Yoga u/instruktør	08.15-09.45 Self Practice Yoga u/instruktør		
				09.00-09.45 Rock your Abs&Butt Solgunn		10.00-11.00 Spinning60 Helene	
10.15-11.15 Spinning60 Trine	10.15-11.30 Vinyasa Yoga75 Tine	10.15-11.30 Vinyasa Yoga75 Silje M.		10.00-10.45 Spinning45 Solgunn	10.15-11.15 Spinning60 Trine	10.00-11.15 Vinyasa Yoga75 Kristoffer	
10.15-11.30 Vinyasa yoga75 Silje M.	10.15-11.15 Spinning60 Solgunn	10.30-11.30 Spinning60 Helene		11.00-11.45 Minibands NYHET Elise&Nina	10.30-11.25 Step Intervall Andrea	11.15-11.45 Bodypump30 Kjell	10.15-11.30 Vinyasa Yoga Silje M.
11.30-12.30 Bodypump Kjell	11.30-12.15 Rock your Abs&Butt Solgunn	11.45-12.45 Bodypump Kristine	12.00-12.55 Step Intervall Elise	12.00-13.00 Pilates Elise	12.30-13.30 Performance Andrea	11.50-12.20 Xpress Step Kjell	10.45-11.45 Spinning60 Trine
							12.00-13.00 Nyttårsmix Elise&Andrea
			16.30-17.15 Tabata Styrke Ida		16.15-17.15 Vinyasa Yoga60 Silje M.		
			16.45-17.45 Spinning60 Kristine K.	16.45-18.00 Vinyasa Yoga Silje M.	17.10-18.10 Bodypump Ingvild		
			17.00-18.15 Vinyasa Yoga75 Silje M.	17.00-17.30 Hiit Bosu Nina			
			18.00-19.00 Bodypump Kjell	17.35-18.05 Core Bosu Nina			

SiSmini tar juleferie fra og med  
18. des til og med 3. jan 2018

