

Timeplan - Høst 2025

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Drop-inn sirkel kl. 8-10 Nina/Hafdis		Drop-inn Sirkel kl. 8-10 Nina		Drop-inn sirkel kl. 9-10 Hafdis
Zumba kl. 10-11 Hafdis	Sirkel Ekstra kl. 10-11 Hafdis		Senior Sirkel kl. 11:00-11:50 Hafdis	Fusion kl. 10-11 Hafdis
Aktiv Funksjonell kl. 11-12 Hafdis	Balanse kl. 11-11:40 Hafdis			
Unik Fit kl. 17:30-18:00 Hafdis			Sirkel Ekstra kl. 14-15 Hafdis	
Circl Mobility kl. 18:00-18:30 Hafdis		Spinning kl. 17:30 - 18:15 Hafdis		
	Timer i Sirkel		Timer i Grupperom	

Endringer kan forekomme.

Påmelding til Zumba, Aktiv Funksjonell, Unik Fit, Circl Mobility, Sirkel Ekstra , Spinning og Fusion..

Påmelding til pthafdis@gmail.com, eller melding til 40107730