

Oversikt over faste timer med fast instruktør, endringer kan forekomme ved sykdom er eller uforutsette hendelser

* Rullerende instruktør i helgene

Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
07:00		Sykkel 60 - Grete	Styrke 45 - Jannet	Sykkel 60 - Lars			
08:15		Tai Chi 30 - Hanne					
08:00	Balansert Styrke 30 - Jannet		Yoga 60 - Tone	Balansert Styrke 30 - Jannet	Power Aqua 60 - Jannet		
08:30	Morning Flow 60 - Monica			Morning Flow 60 - Monica			
09:00		Sykkel 60 - Thorun	Core & Styrke 75 - Grete		Styrke 45 - Grete	Sykkel 45 *R-instr.	Tai Chi 45 *R-instr.
09:45						Styrke 45 *R-instr.	
10:00	Step & Styrke 60 - Grete	Aqua 60 - Gun		Aqua 60 - Gun	Sykkel 60 - Grete		
14:00						Sirkel 60 - Grete	
17:30	Power Aqua 60 - Gudrun		Aqua 60 - Gun				Sunday PopUp *R-instr.
18:00	BB CenterCore 50 - Jannet	Styrke/Tabata 75 - Jannet	Styrke 45 - Grete	Happy Hips 50 - Maria	Sykkel 60 - Helge		
18:00	Sykkel 60 - Helge						

19:00	FF 60 - Grete		Sykkel 60 - Kim	DDP Yoga 60 - Paal Erik			
19:00			BB CenterCore 60 - Cecilie				
19:30		Yoga 90 - Tone					