

Aerobic sommer 2008

Uke 26 23/6 - 29/6				
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag
Formiddag				
10.00-11.00		10.00-11.00 BOSU (Rita)		10.00-11.00 Step/Styrke (Anette)
Ettermiddag				
18.00-19.00	18.00-19.00 Aerobic Mix (Anette)		18.00-19.15 SommerStep m/ styrke (Liv Anette)	

Uke 27 30/6 - 6/7				
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag
Formiddag				
10.00-11.00		10.00-11.00 BOSU (Rita)		10.00-11.00 Step/Styrke (Anette)
Ettermiddag				
18.00-19.00	18.00-19.00 Aerobic Mix (Anette)		18.00-19.15 SommerStep m/ styrke (Kristine)	

Uke 28 7/7 - 13/7				
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag
Formiddag				
10.00-11.00		10.00-11.00 BOSU (Kjersti)		10.00-11.00 Step/Styrke (Anette)
Ettermiddag				
18.00-19.00	18.00-19.00 Aerobic Mix (Anette)		18.00-19.15 SommerStep m/ styrke (Kjersti)	

UKE 29 14/7 - 20/7				
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag
Formiddag				
10.00-11.00		10.00-11.00 BOSU (Kjersti)		10.00-11.00 Step/Styrke (Anette)
Ettermiddag				
18.00-19.00	18.00-19.00 Aerobic Mix (Anette)		18.00-19.15 SommerStep m/ styrke (Kjersti)	

Uke 30 21/7 - 27/7				
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag
Formiddag				
10.00-11.00		10.00-11.00 BOSU (Kjersti)		10.00-11.00 Step/Styrke (Anette)
Ettermiddag				
18.00-19.00	18.00-19.00 Aerobic Mix (Anette)		18.00-19.15 SommerStep m/ styrke (Kjersti)	

Uke 31 28/7 - 3/8				
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag
Formiddag				
10.00-11.00		10.00-11.00 BOSU (Rita)		10.00-11.00 Step/Styrke (Anette)
Ettermiddag				
18.00-19.00	18.00-19.00 Aerobic Mix (Kristine)		18.00-19.15 SommerStep m/ styrke (Anette)	

Uke 32 4/8 - 10/8				
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag
Formiddag				
10.00-11.00		10.00-11.00 BOSU (Rita)		10.00-11.00 Step/Styrke (Anette)
Ettermiddag				
18.00-19.00	18.00-19.00 Aerobic Mix (Anette)		18.00-19.15 SommerStep m/ styrke (Kristine)	

Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag
Formiddag				
Ettermiddag				