



Friskis&Svettis Valdres – sesongstart uke 35

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag
Kl 19.00 Jympa Middels Mona/Nina Kl 20.00 Pour Hour Mona		Kl 20.00 Intervall flex Mona/Nina			
Begnadalen skole					
	Kl 19.00 Jympa Basis Magnhild/Astri		Kl 19.00 Jympa Basis Magnhild/Astri		
Sør-Aurdal ungdomsskole					
Kl 19.00 Jympa Middels Manuela		Kl 19.00 Jympa Basis Linda Kl 20.00 Yoga Linda	Kl 18.45 Vektstang intervall Gun Kristin/ Bodhild		Uke 41 - 47 Kl 10.00 Ambulerende timer
Valdres Storhall - Leira					
Kl 19.00 Jympa Basis Kathrine Kl 20.00 Yoga Linda	Kl 18.30 Power Hour Bodhild/Gro Kl 19.30 Spinn 55 Monica Fra høstferien	Kl 19.00 Jympa Middels Solveig	Kl 17.45 Vektstang 75 Karianne Kl 19.00 Spinn intervall Eva		Åpen dag 11. november

Med forbehold om endelig bekreftelse på lokaler