

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG	LØRDAG
	ERFARINGSKAFE - KI 11:00 - 13:00 1 etasje Kronstad dps		KORT TUR - KI 11:00 - 13:00 Oppmøte inne på Bergen jernbanestasjon		
	ADO SVØMMING - KI 11:00 - 13:00 ADO ARENA KREVER PÅMELDING	SPINNING - KI 12:00 - 12:30 Nr1 fitness Fyllingsdalen	LANG TUR - KI 11:00 - ca 16:00 Oppmøte inne på Bergen jernbanestasjon		FOTBALL - KI 12:30 - 14:00 Krohnsminde kunstgressbane
STYRKETRENING MED VEKTER KI 12:30 - 14:30 NEXT Treningssenter Nygårdsgaten94, 5008	VOLLEYBALL - KI 12:00 - 14:00 Trene sammen hallen, Fantoft	STYRKETRENING MED EGENVEKT KI 12:30 -13:00 Nr1 fitness Fyllingsdalen	KAMPSPORT - KI 12:00 - 14:00 Bergen Kampsportsenter	STYRKETRENING MED VEKTER KI 12:30 -14:30 NEXT Treningssenter Nygårdsgaten 94, 5008	
YOGA - KI 13:30 - 14:30 Bjørgvin DPS	FOTBALL - KI 12:30 - 14:00 Krohnsminde kunstgressbane	KLATRING - KI 12:00 - 14:00 Trene sammen(Fantofthallen) KREVER PÅMELDING	FOTBALL - KI 12:30 -14:00 Varden kunstgress, Fyllingsdalen	YOGA - KI 13:00 - 14:30 We Are Family Yoga - Morvik KREVER PÅMELDING	
		INNEBANDY - KI 12:30 - 14:00 Frøyahallen på Melkeplassen			
KLATRING - KI 14:00 - 15:30 Sandsliahallen - Sandslivegen 100 KREVER PÅMELDING		TUR - KI 13:15 - 15:15 Oppmøte utenfor Nr1 fitness Fyllingsdalen		ZUMBA - KI 15:15 - 16:15 Nr1 fitness Fyllingsdalen	
INNEBANDY - KI 14:30 - 16:00 Frøyahallen på Melkeplassen		HIT (Høy Intensitet Trening) KI 15:00 - 16:00 Kanalveien 98, CrossFit Verftet Minde KREVER PÅMELDING			
JOGGING - KI 16:00 - 17:30 Oppmøte inne på Bergen jernbanestasjon		BULDRING - KI 17:45 - 20:00 Oppmøte på Røde Kors Huset i Bergen KREVER PÅMELDING			
UNGDOMSTRENING - 19:00 - 20:30 Energisenteret på Haukeland sykehus KREVER PÅMELDING					

Sjekk vår hjemmeside for oppdateringer eller facebook. ring oss gjerne på 451 13 754 hvis det skulle være noe.