

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
	<b>ERFARINGSKAFE</b> KI 11:00 - 13:00 1 etasje Kronstad dps	<b>GÅFOTBALL med Idrett Bergen Sør</b> KI 11:00 - 12:00 Slåtthaug Idrettspark	<b>KORT TUR - KI 11:00 - 13:00</b> Oppmøte inne på Bergen jernbanestasjon			
<b>STYRKETRENING MED VEKTER</b> KI 12:30 - 14:30 NEXT Treningssenter Nygårdsgaten 94	<b>ADO SVØMMING</b> KI 11:00 - 13:00 ADO ARENA <b>KREVER PÅMELDING</b>	<b>SPINNING - KI 12:00 - 12:30</b> MOVA Fyllingsdalen, Løvåsveien 20	<b>LANG TUR - KI 11:00 - ca 16:00</b> Oppmøte inne på Bergen jernbanestasjon		<b>FOTBALL</b> KI 12:30 - 14:00 Krohnsminde kunstgressbane	
<b>SAUNA - KI 13:00 - 14:30</b> Sandvikstorget / Kaien v Fiskerimuseet	<b>VOLLEYBALL - KI 12:00 - 14:00</b> Fantofthallen (Trene Sammen)	<b>KLATRING - KI 12:00 - 14:00</b> Bergenshallen <b>KREVER PÅMELDING</b>	<b>KAMPSPORT - KI 12:00 - 14:00</b> Bergen Kampsportsenter	<b>STYRKETRENING MED VEKTER</b> KI 12:30 -14:30 NEXT Treningssenter Nygårdsgaten 94	<b>VOLLEYBALL</b> KI 13:00 - 15:00 Solli DPS	
<b>YOGA - KI 13:30 - 14:30</b> Björgvin DPS	<b>GOLF - KI 12:00 - 14:00</b> Bjørnefjorden Golfklubb	<b>STYRKETRENING MED EGENVEKT</b> KI 12:30 -13:00 MOVA Fyllingsdalen, Løvåsveien 20	<b>FOTBALL - KI 12:30 -14:00</b> Varden kunstgress, Fyllingsdalen			
<b>KLATRING, Idrett Bergen Sør</b> 14:00 - 15:30 Bergenshallen <b>KREVER PÅMELDING</b>	<b>FOTBALL - KI 12:30 - 14:00</b> Krohnsminde kunstgressbane	<b>INNEBANDY - KI 12:30 - 14:00</b> Frøyahallen på Melkeplassen	<b>VOLLEYBALL - KI 16:30 - 18:30</b> Solli DPS	<b>YOGA - KI 13:00 - 14:30</b> We Are Family Yoga - Morvik <b>KREVER PÅMELDING</b>		
<b>INNEBANDY - KI 14:30 - 16:00</b> Frøyahallen på Melkeplassen		<b>TUR - KI 13:15 - 15:15</b> Oppmøte utenfor MOVA Fyllingsdalen		<b>ZUMBA - KI 15:15 - 16:15</b> MOVA Fyllingsdalen, Løvåsveien 20		
<b>JOGGING - KI 17:00 - 18:30</b> Kronstad DPS		<b>HØYINTENSITETSTRENING</b> Med Idrett Bergen Sør KI 15:00 - 16:00 CrossFit Verftet Minde <b>KREVER PÅMELDING</b>				
<b>UNGDOMSTRENING</b> KI 19:00 - 20:30 Energiseret på Haukeland sykehus <b>KREVER PÅMELDING</b>		<b>BULDRING - KI 17:45 - 20:00</b> Oppmøte på Røde Kors Huset i Bergen <b>KREVER PÅMELDING</b>		<b>HØYINTENSITETSTRENING</b> KI 17:00 -18:00 Kronstad DPS <b>KREVER PÅMELDING</b>		

Sjekk vår hjemmeside for oppdateringer eller ring oss på tlf 451 13 754.

Endring: Utesvømmingen utgår 31. oktober pga. teknisk vedlikehold på Nordnes sjøbad. Frisbeegolf tar sesongpause for vinteren.