

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
	ERFARINGSKAFE KI 11:00 - 13:30 1 etasje Kronstad dps		TUR - KI 11:00 - 13:00 Oppmøte inne på Bergen jernbanestasjon			SOSIAL KAFE KI 13:00 - 16:00 Stiftelsen Betanien Vestlundveien 19
STYRKETRENING MED VEKTER KI 12:30 - 14:30 NEXT Treningssenter Nygårdsgaten 94	FOTBALL - KI 11:30 - 13:00 Krohnsminde kunstgressbane		KAMPSPORT - KI 12:00 - 14:00 Bergen Kampsportsenter		FOTBALL KI 12:30 - 14:00 Krohnsminde kunstgressbane	Samarbeid med KIA VEST og Stiftelsen Betanien
SAUNA / BADING KI 13 - 14:30 Sandvikstorget / kaien Fiskerimuseet		KLATRING - KI 12:00 - 14:00 Bergenshallen KREVER PÅMELDING	FOTBALL - KI 12:30 -14:00 Varden kunstgress, Fyllingsdalen	STYRKETRENING MED VEKTER KI 12:30 -14:30 NEXT Treningssenter Nygårdsgaten 94	VOLLEYBALL KI 13:00 - 15:00 Solli DPS	INNEBANDY - GYMSAL KI 13:00 - 14:30 Stiftelsen Betanien Vestlundveien 19
KREVER PÅMELDING						Samarbeid med KIA VEST og Stiftelsen Betanien
KLATRING, Idrett Bergen Sør 14:00 - 15:30 Bergenshallen KREVER PÅMELDING		INNEBANDY - KI 12:30 - 14:00 Frøyahallen på Melkeplassen		YOGA - KI 13:00 - 14:30 We Are Family Yoga - Morvik KREVER PÅMELDING		FOTBALL - GYMSAL KI 14:30 - 16:00 Stiftelsen Betanien Vestlundveien 19
						Samarbeid med KIA VEST og Stiftelsen Betanien
INNEBANDY - KI 14:30 - 16:00 Frøyahallen på Melkeplassen						
JOGGING - KI 17:00 - 18:30 Kronstad DPS						
UNGDOMSTRENING KI 19 - 20:30 Energisenteret på Haukeland sykehus KREVER PÅMELDING				HØYINTENSITETSTRENING KI 17:00 -18:00 Kronstad DPS KREVER PÅMELDING		

Sjekk vår hjemmeside for oppdateringer eller ring oss på tlf. 451 13 754
Endring: Søndagsaktiviteter på Betanien + Klatring til ny tid, mandag