



TIMEPLAN Frisklivssentralen i FLORA KOMMUNE

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	FREDAG
Styrke og kondisjon 10:00 – 12:00 Treningsrom Havhesten		Bassentrening 09:00 – 10:00 Havhesten	Bassentrening 09:00 – 10:00 Havhesten
Bassentrening 15:15 – 16:15 Havhesten	Trening utandørs 14:00 – 15:30	Styrke og kondisjon 10:30 – 12:00 Treningsrom Havhesten	Styrke og kondisjon 10:00 – 12:00 Treningsrom Havhesten

Kontaktperson: Geir Giil

Telefon: 48 08 05 57

Mail: frisklivssentralen@flora.kommune.no

www.florakommune.no