

Timeplan

Condis Stovner - Sykkel og Sal 2012

KL.	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
07:05	Cycling 1 (med Tine)						
08:30					Cycling 1 (med Nelly)		
09:00	Senior Cycling (med Birger)		Cycling 2 (med Birger)				
09:30		Condis Senior (med Marit)		Core 30 (med Marit)	Cycling 2 (med Nelly)		
					Body Workout (med Janne/ Marit)		
10:00	Power (med Janne)			Gul Mix (med Marit)			
10:30		Senior 60+ (med Marit)			Senior 60+ (med Janne/Marit)		
11:00	Zumba (med Anne)					Zumba (med Nelly)	
12:00						Cycling 2 (med Nelly)	Blå Mix (med Fatih/ Elisabet)
13:00							Cycling 1 (med Fatih/ Elisabet)
16:00		Pilates Bydel (med Lena)					
17:00	Power (med Elisabet)	Pilates (med Lena)	Core Ball 45 (med Elisabet)	Zumba (med Anne-May)	Sirkeltrening (med Edward)		
	Cycling 2 (med Eva Katrine)	Cycling 2 (med Elisabet)	Cycling 2 (med Nina)	Cycling 2 (med Nelly)	Cycling 2 (med Nelly/Nina)		
18:00	Ultimate Challenge (18:00 - 19:30 med Eva Katrine)	Zumba (med Anne)	Power (med Elisabet)	Yoga	Boksing (med Edward)		
		Cycling 1 (med Lena)	Cycling 1 (med Nelly)	Cycling 1 (med Nelly)			
18:30	Cycling 1 (med Edward)						
19:00			Linedance (med Bente)				
19:30	Boksing (med Edward)						