

## TIMEPLAN vinter/vår 2017

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
<b>Trening på resept Ørnes</b> 09.00 Ta kontakt for info	<b>Trening på resept Halså</b> 0900 Ta kontakt for info		<b>Trening på resept Ørnes</b> 09.00 Ta kontakt for info	<b>Trening på resept Halså</b> 09.00 Ta kontakt for info
	<b>Mor/barn trim Ørneshallen</b> 1130 – 1300 Ta kontakt på telefon 95267681 for mer info		<b>Seniortrim Ørneshallen</b> 10.30 Oppstart uke 3	
<b>Gågruppe Halså</b> 11.00 Oppmøte v/Joker.		<b>Seniordans</b> 11.00–13.00 Annenhver uke Glomfjord og Ørnes	<b>Gågruppe Halså</b> 11.00 Oppmøte v/Joker	
<b>Trening på resept Ørnes</b> 14.30 Ta kontakt for info		<b>Trening på resept Ørnes</b> 14.30 Ta kontakt for info	<b>Sirkeltrening Halså skole</b> 14.00 Oppstart	
<b>Gågruppe Ørnes</b> 18.00 Oppmøte v/biblioteket		<b>Trening 60+ Nordtun Helserehab</b> 1800		
<b>Sirkeltrening Halså skole</b> 19.30 – 20.30 Halså Skole Oppstart		<b>Sirkeltrening Ørneshallen</b> 20.00–21.00 Ørneshallen Oppstart uke 2		

### Forklaring til fargene:

Grønne timer krever henvisning fra lege/helsepersonell

Oransje timer har begrenset antall plasser og krever påmelding

Blå timer foregår utendørs – kle deg etter forholdene



Nærmere info: se [www.meloy.kommune.no/friskliv](http://www.meloy.kommune.no/friskliv), eller ring/SMS: 95073282