

TIMEPLAN høst 2018

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Kl. 08.30 Trening på resept Ørnes Ta kontakt for info			Kl. 08.30 Trening på resept Ørnes Ta kontakt for info	Kl 08.30 Trening på resept Engavågen Ta kontakt for info
Kl. 10.00 Seniortrim Ørneshallen Oppstart uke 37			Kl. 10.00 Seniortrim Ørneshallen Oppstart uke 37	
Kl.11.00 Gågruppe Halsa Oppmøte v/Joker.			Kl.11.00 Gågruppe Halsa Oppmøte v/Joker	
Kl.14.30 Trening på resept Ørnes Ta kontakt for info	Kl. 14.45 Trening på resept Engavågen Ta kontakt for info	Kl.14.30 Trening på resept Ørnes Ta kontakt for info	Kl. 1200 Trim for eldre- styrke og balanse Glomfjord bo- og omsorgssenter Oppstart uke 36	
		Kl.18.00 Trening 60+ Nordtun helserehab, fysioterapiavd. Oppstart uke 33	Kl 1500 Sirkeltrening Halsa skole Oppstart uke 37	
Kl. 19.30 Sirkeltrening Halsa Skole Oppstart uke 36		Kl. 20.00 Sirkeltrening Ørneshallen Oppstart uke 37		

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