

## Timeplan Molde Saltrening



Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
18:00	18:00			18:00	10:00	
<b>Jympa Soft</b> Bergmo u.skole	<b>Enkeljympa</b> Bergmo u.skole			<b>Basis</b> Bergmo u.skole	<b>Ambulerende</b> Bergmo u.skole	
19:00	19:30		19:00			
<b>Basis</b> Bergmo u.skole	<b>Vektstang</b> Bergmo u.skole (Booking)		<b>Puls/middels</b> Bergmo u.skole			
19:30			19:30			
<b>Middels</b> Træffhuset			<b>Dans</b> Træffhuset			
20:00	20:00	20:00				
<b>Core</b> Træffhuset	<b>Middels</b> Træffhuset	<b>Puls/basis</b> Bergmo u.skole				

## Spinning

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
19:00		19:00	19:00			
<b>Spinn distanse</b> Molde Folkeh.s (Booking)		<b>Spinn intervall</b> Molde Folkeh.s (Booking)	<b>Spinn distanse</b> Molde Folkeh.s (Booking)			