

# Trøimshallen – 1. 12.2011

Oppstart for de ulike gruppene blir kunngjort etter hvert.

All trening skal organiseres gjennom gruppene i Hemsedal IL. Annen leie av hallen: Ta kontakt med Eigedomsavd.

v/ Odd Magne Anderdal 31408806 eller med skolen v/ Martin Lindal, 31408907 (99604555)

	<b>Mandag</b>	<b>Tirsdag</b>	<b>Onsdag</b>	<b>Torsdag</b>	<b>Fredag</b>	<b>Lørdag</b>	<b>Søndag</b>
15.00	Friskliv (15.10-16.15)	Friskliv (1510 – 1615)			Komm.volleyball (1500-1600)		
15.30							
16.00							
16.30		Step (16.45-1800)					
17.00							
17.30							
17.30	Alleidrett 7-9 år (1730 – 1830)						Fotball jenter. 9-10 år
18.00							
18.30							
18.30	Alpin + freestyle (1830 – 2000)	Volleyball (19.15-21.00)	Allidrett 7.-10.kl (1830-2000)		Volleyball (18.00-19.45)		
19.00							
19.30							
20.00	Box-aerobic (20.00-21.15)		Fotball «Old Boys»	Step/styrke (20.00-21.15)	KRIK (19.45-21.30)		
20.30							
21.00							
21.15	Innebandy (21.15-23.00)			Innebandy			
22.00							