

TRENINGSTIDER I IDRETTSHALLEN HØSTEN 2017 – VÅREN 2018

	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
11.00							LEK FOR BARN 3/3
13.00						NKF AB 2/3 MBK 1/3	NKF AB 2/3 MBK 1/3
14.00						NKF AB 2/3 MBK 1/3	NKF AB 2/3 MBK 1/3
15.00						NKF AB 2/3 MBK 1/3	NKF AB 2/3 MBK 1/3
17.00	MIL 2/3 MBK 1/3	NKF AB 3/3	MIL 2/3 MBK 1/3	MIL 1/3 MBK 1/3 NKF AB 1/3	NKF AB 2/3 MBK 1/3		
18.00	MIL 2/3 MBK 1/3	NKF AB 3/3	MIL 2/3 MBK 1/3	MIL 1/3 MBK 1/3 NKF AB 1/3	NKF AB 2/3 MBK 1/3		
18.30	MIL 2/3 MBK 1/3	NKF AB 3/3	MIL 2/3 MBK 1/3	MIL 1/3 MBK 1/3 NKF AB 1/3	NKF AB 2/3 MBK 1/3		
19.00	MIL 2/3 MBK 1/3	Innebandy 3/3	MIL 2/3 MBK 1/3	MBK 1/3			MODELLFLYKLUBB 3/3
19.30	MIL 2/3 MBK 1/3	Innebandy 3/3	MIL 2/3 MBK 1/3	MBK 1/3			MODELLFLYKLUBB 3/3
20.00	Brann	NKF Senior 3/3	MIL 2/3	NKF Senior 3/3			MODELLFLYKLUBB 3/3
20.30	Brann	NKF Senior 3/3	MIL 2/3	NKF Senior 3/3			MODELLFLYKLUBB 3/3
21.00	Brann	NKF Senior 3/3		NKF Senior 3/3			

Treningstider Basseng

	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
17.00	MIL	MBK			MBK		
18.00	MIL	MBK			MBK		
18.30	MIL	MBK			MBK		
19.00	MIL	MIL					
19.30	MIL	MIL	MIL				
20.00			MIL		Brann		
20.30					Brann		
21.00					Brann		

TRENINGSTIDER I MØTEROMMET OG PÅ MEHAMN SKOLE (STEP)HØSTEN 2017 – VÅREN 2018

	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
17.00			BARNEDANS				
18.00		SPINNING	18.15	SPINNING			
18.30	STEP	SPINNING	ZUMBA	SPINNING			
19.00		SPINNING	19.15	SPINNING/STEP			
19.30		SPINNING		SPINNING			

Følg oss på/follow us: Facebook Mehamn idrettslag, Mehamn idrettslag-allidrettsgruppa og Allidrettsgruppa-spinning.