

AKTIVITETAR I HYEN IL VINTEREN 2015-2016



DAG	START-DATO	KLOKKE-SLETT	AKTIVITET	LEIARAR
Måndag	12.10.2015	10:30 - 11:00 19:30 - 21:30	Trim for eldre på Løkjatunet Grunntrening, alle gr. Ute og i gymsal. 8. klasse og oppover. Barmarkstrening for skiløparar. Basisterning startar kl 20.30	Anna Holme, Judit Aa. Ola Henning Ommedal, Terje Skamo.
Tysdag	Seinare* Seinare 13.10.2015	15:00 - 16:30 18:00 - 20:00 20:00 - 22:00	Bading for pensjonistar og andre (ikkje born) Skitrening på høgdene. Dametrim, gymsal, basseng*, badstu	Aslaug Larsen. Terje Skamo, Martin Eimhjellen. Kirsti Meyer Hope.
Onsdag	14.10.2015 14.10.2015 14.10.2015	17:30 - 19:30 20:00 - 21:30 20:00 - 22:00	Idrettsskule. 4. - 7. klasse, gymsal og basseng* Gubbetrim vektrom og basseng* / badstu. Gubbetrim, gymsal, badstu	Anne Berit Selle, Frode Vesterås, Brita Sande Holme. Matias Hope, Arnfinn Ommedal.
Torsdag	15.10.2015 15.10.2015 15.10.2015	17:00 - 18:00 17:30 - 19:30 20:00 - 21:00	Småbarnsbading hvis behov*. Idrettsskule, 5 år t.o.m. 3. klasse, gymsal og basseng*. Basseng for arbeidarane på BrAa*.	Hvis behov. Tove Hanne Ommedal Linas Jankunas
Fredag	16.10.2015	18:30 - 19:30 19:00 - 21:00	Trening til musikk. 8. klasse og oppover, gymsal Fotballtrening(senior), ute og i gymsal	Kirsti Meyer Hope Åsmund Ommedal
Laurdag		15:00 - 18:00	Basketball, annan ballidrett for vaksne 1 gruppe 1500-1630, og 1 gruppe 1630-1800	Linas Jankunas
Søndag		19:00 - 21:00	Fotballtrening(senior), ute og i gymsal. Ikkje garderobe.	Åsmund Ommedal

NB! *= Bassenget blir ikkje opna før ut på nyåret 2016 i alle fall.

Det er zumba og styrketrening på Solheim v/ Mona Holme. Vekedagane varierer pga turnus. Melding om treningstider på sms.

Ynskjer du å få melding om treningstider på Solheim, gje beskjed til Mona tlf: 473 17 313

Spinning-treningar finn du på <http://hyen-il.idrettenonline.no/> Aldersgrense: Det året ein fyller 16 år.

IDRETTSBASAREN VERT SØNDAG 15. NOVEMBER

