



Velkommen på trening i gymsalen på Flå



Uke 34

Tirsdag kl. 20:00 – 21:00

Step og styrke med Ragnhild Røsbjørgen

Torsdag kl. 18:00 – 19:00

Tabata med Linda Havdal

Uke 35

Mandag kl. 19:00 – 20:00

Basis med Nora og Julie

Tirsdag kl. 20:00 – 21:00

Step og styrke med Ragnhild Røsbjørgen

Torsdag kl. 18:00 – 19:00

Tabata med Linda Havdal

Torsdag kl. 19:15 – 20:30

Styrkesirkel med Jorun G. Holthe

Torsdag kl. 20:30 – 21:30

Fotball for gøy

Følg med på vår hjemmeside og facebook for løpende informasjon om øvrige aktiviteter



FLÅ IDRETTSLAG