

TRENINGER I GJEMNESHALLEN OG OSMARKA FOR MEDLEMMER I TORVIKBUKT I.L. I PERIODEN

01.10.19 – 30.04.20.

MANDAGER – Vinterperioden.

Kl. 1800 – kl. 1900: Skileik på Osmarka.

Kl.1800-kl.1900: Fristiltrening på Osmarka fra 1.klasse og oppover.

TIRSDAGER

Kl. 1800 – kl. 1900: Klassisktrening på Osmarka fra 1. klasse og oppover.

ONSDAGER

Kl. 1800 – kl. 2100: Klatring i Gj.hallen for barn/voksne. Instruktør tilstede.

TORSDAGER

Kl. 1800 – kl. 1900: Allidrett opp til 6 år i Gj.hallen.

Kl. 1800 – kl. 1900: Friidrett fra 1. klasse t.o.m. 4. klasse i Gj.hallen.

Kl. 1900 – kl. 2000: Friidrett fra 5.klasse og oppover i Gj.hallen.

Kl. 2000 – kl. 2100: Badminton og friidrett for voksne i Gj.hallen.

SØNDAGER

Kl. 1600 – kl. 1800: Klatring for voksne med brattkort. Instruktør ikke tilstede.

For klatring gjelder følgende: Ingen under 14 år får klatre dersom de ikke er i følge med en voksen.

Mvh styret i Torvikbuk IL

