

Timeplan høst 2019

TID	MANDAG				TIRSDAG			ONSDAG					TID	TORSDAG				FREDAG					Lørdag	Søndag									
	RSH	TH	TH	TH	RSH	TH	TH	RSH	TH	TH	TH		RSH	TH	TH	RSH	TH	TH	TH	TH	TH	TH	TH										
11.00	11.10-12.10 Aerobic/styrke				11.10-12.10 Senior trim			11.10-12.10 Step/styrke				10.00	11.10-12.10 Halvannen	10.00-11.00 Senior trim		10.00-11.00 Step/Styrke					10.30 - 13.30 Turn kvinner 1												
14.00												14.00									10.00-13.00 Turn menn												
15.00	15.00-17.30 Rytmask Gymnastikk (RG)	15.30- 20.30 Turn kvinner: 15.30-18.00 Gr. 2 rekrutt	15.00-17.00 Turn menn rekrutt/ junior	16.00-18.00 Tropp nasj. klasser	16.30-17.30 Turnskole 1/IG 1 1.-2. klasse	15.00-18.00 Turn menn rekrutt/ junior	15.30-18.00 Turn kvinner gr. 2	15.00-17.30 RG	15.00-18.00 Turn kvinner: Gr. 2 rekrutt Gr. 3 aspirant/ rekrutt	15.00-17.30 Turn menn rekrutt/ junior/ senior	16.00-18.00 Tropp nasjonale klasser	15.00	15.00-18.00 Turn menn	15.00-17.30 Turn kvinner Gr. 2 rekrutt	15.00-18.30 Turn menn	15.30-18.00 Turn kvinner Gr. 2	15.00-17.00 Turn kvinner Gr. 3 aspirant	15.00-17.00 Turn kvinner Gr. 3 aspirant	15.00-17.00 Turn kvinner Gr. 3 aspirant	15.00-17.00 Turn kvinner Gr. 3 aspirant	15.00-17.00 Turn kvinner Gr. 3 aspirant	15.00-17.00 Turn kvinner Gr. 3 aspirant	15.00-17.00 Turn kvinner Gr. 3 aspirant										
16.00			16.00-16.30 Tropp nasj.kl.									16.30-19.00 Gr. 3 asp/ rekrutt												16.30-18.30 RG	16.30-18.00 Tropp nasj. klasser	16.30-18.30 Vågsbygd Turn IL	17.30-20.00 Teamgym junior/ senior	15.30-18.00 Tropp rekrutt jenter/ gutter					
17.00			17.00-19.15 Gr. 3 aspirant									17.00-18.30 Turn menn Aspirant												17.30-19.30 Tropp Rekrutt jenter/ gutter	17.30-18.30 Turnskole 2/Idrettens grunnstige 2, 3.-4. klasse	17.30-18.15 Foreldre & Barn 5år	17.00-19.30 Gr. 1 junior/ senior	17.30-19.30 Turn menn aspirant	17.30-18.00 Teamgym	18.00-21.00 Turn menn senior	18.00-20.00 Teamgym junior/senior	20.00-22.00 Åpen turntrening	20.00-21.30 Åpen turntrening
18.00			17.30-18.15 Foreldre & Barn 3-4 år									17.00-20.00 Gr. 3 rekrutt												18.30-21.30 Turn menn senior	19.00-21.30 Teamgym junior/ senior	19.45-20.30 Oppvisning	18.30-20.30 Salto 1 5.-6. klasse Salto 2 7. klasse+	18.00-21.00 Turn menn senior	18.30-19.30 Dancefit	19.30-20.30 Idrettspartiet/ Allsidig mosjon menn	17.30-19.30 Tropp rekrutt jenter/gutter	18.30 -21.30 Teamgym junior/senior	20.00-21.30 Åpen turntrening
19.00	18.30-19.30 Kondis og styrke	17.30-20.30 Gr. 1 junior/ senior	18.30-21.30 Turn menn senior	19.00-21.30 Teamgym junior/ senior	19.45-20.30 Oppvisning	18.30-20.30 Salto 1 5.-6. klasse Salto 2 7. klasse+	18.00-21.00 Turn menn senior	18.30-19.30 Dancefit	19.30-20.30 Idrettspartiet/ Allsidig mosjon menn	17.30-19.30 Tropp rekrutt jenter/gutter	18.30 -21.30 Teamgym junior/senior	20.00-21.30 Åpen turntrening																					
20.00	19.30-20.30 Idrettspartiet/ Allsidig mosjon menn					20.30-22.00 Åpen turntrening																											
21.00																																	
22.00																																	