



November 2021



MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
1/11 15.00-16.00 FRISKLIV YOGA Store sal Ankerskogen 19.00-20.00 STYRKE I GYMSAL Storhamar barneskole Ta med egen strikk	2/11 10.00-11.00 FRISKLIV UTETRENING kondisjon, styrke og balanse fra uteapparatene i Ankerskogen 13.00-15.00 HVERDAGSGLEDE	3/11	4/11 12.00-13.00 FRISKLIV UTETRENING kondisjon og styrke fra Café Torp	5/11
8/11 15.00-16.00 FRISKLIV YOGA Store sal Ankerskogen 19.00-20.00 STYRKE I GYMSAL Storhamar barneskole Ta med egen strikk	9/11 10.00-11.00 FRISKLIV UTETRENING kondisjon, styrke og balanse fra uteapparatene i Ankerskogen 13.00-15.00 HVERDAGSGLEDE	10/11	11/11 12.00-13.00 FRISKLIV UTETRENING kondisjon og styrke fra Café Torp	12/11
15/11 15.00-16.00 FRISKLIV YOGA Store sal Ankerskogen 19.00-20.00 STYRKE I GYMSAL Storhamar barneskole Ta med egen strikk	16/11 10.00-11.00 FRISKLIV UTETRENING kondisjon, styrke og balanse fra uteapparatene	17/11	18/11 12.00-13.00 FRISKLIV UTETRENING kondisjon og styrke fra Café Torp	19/11
15.00-16.00 FRISKLIV YOGA Store sal Ankerskogen 19.00-20.00 STYRKE I GYMSAL Storhamar barneskole Ta med egen strikk	23/11 10.00-11.00 FRISKLIV UTETRENING kondisjon, styrke og balanse fra uteapparatene i Ankerskogen	24/11	25/11 12.00-13.00 FRISKLIV UTETRENING kondisjon og styrke fra Café Torp	26/11
29/11 15.00-16.00 FRISKLIV YOGA Store sal Ankerskogen 19.00-20.00 STYRKE I GYMSAL Storhamar barneskole Ta med egen strikk	30/11 10.00-11.00 FRISKLIV UTETRENING kondisjon, styrke og balanse fra uteapparatene i Ankerskogen			

Deltagelse på våre aktiviteter og kurs skjer etter avtale med din veileder.

Dagrun 915 22498

Heidi 951 33027

Stine 912 48598