

Svømmesalen



Efterår 2019

Mandag:

Kl. 17.00 – 18.00	Niveau 2	v/Signe Vestergård tlf. 29385305 og Morten Pedersen og Jeppe Jakobsen
Kl. 18.00 – 19.00	Niveau 3	v/Signe Vestergård tlf. 29385305 og Morten Pedersen og Jeppe Jakobsen
Kl. 20.00 – 21.00	"Laksene" – kun for mænd (sæson uge 43-7)	v/Niels Martin Pedersen tlf. 22904889

Tirsdag:

Kl. 06.00 – 07.00	Frisvømning for voksne	v/Hallen tlf. 60720140 30 kr/gang
Kl. 08.00 – 09.00	Senior aerobic	v/Karina Hejselbak tlf. 23263760
Kl. 16.00 – 17.00	3.-4. klasse	v/Søren Bak Larsen, Rita og Bent Hansen tlf. 30499913
Kl. 17.00 – 18.00	5.-6. klasse	v/Søren Bak Larsen, Bjørn Pedersen tlf. 30115076
Kl. 18.00 – 19.00	Svømmetræning for unge og voksne	v/Søren Bak Larsen, Bjørn Pedersen tlf. 30115076
Kl. 19.00 – 20.00	Crawl	v/Søren Bak Larsen Bjørn Pedersen tlf. 30115076

Onsdag:

Kl. 08.00 – 09.00	Gymnastik og svømning	v/Bent Hansen tlf. 30499913
Kl. 09.00 – 10.00	Gymnastik og svømning	v/Ole Rubak tlf. 30255642 og Bent Hansen
Kl. 17.00 – 18.00	Niveau 1	v/annonceres senere tlf. 72691800 og Henrik Beermann og Morten Pedersen
Kl. 18.00 – 19.00	Frisvømning	v/Hallen tlf. 60720140 20kr børn/30kr voksne
Kl. 19.00 – 20.00	Aerobic	v/annonceres senere

Torsdag:

Kl. 08.30 – 09.30	Varmtvandstræning I	v/Karina Hejselbak tlf. 23263760
Kl. 09.30 – 10.30	Varmtvandstræning II	v/Kirstine Sort tlf. 29217540
Kl. 10.30 – 11.00	Halliwick – bliv tryk ved vand	v/Kirstine Sort tlf. 29217540
Kl. 11.00 – 12.00	Frisvømning for handicappede	v/Hallen tlf. 60720140 20kr børn/30kr voksne
Kl. 17.00 – 18.00	Varmtvandstræning III	v/Bent Hansen tlf. 30499913
Kl. 20.00 – 21.00	Water Fitness (sæson fra uge 43-7)	v/Martin Lind Nielsen tlf. 60720140

Fredag:

Kl. 09.30 – 10.00	Frisvømning for gravide	v/Hallen tlf. 60720140 gratis
Kl. 10.00 – 10.30	Babysvømning	v/Hallen tlf. 60720140 50 kr
Kl. 16.00 – 16.30	Tumlinge for børn og voksne 9 mdr – 2 år	v/Betina E. Andersen tlf. 20720089 og Frederik Jensen
Kl. 16.30 – 17.15	Tumlinge for børn og voksne 2 – 4 år	v/Betina E. Andersen tlf. 20720089 og Frederik Jensen

Søndag:

Kl. 10.00 – 12.00	Frisvømning	v/Hallen tlf. 60720140 20kr børn/30kr voksne
-------------------	-------------	--