

OVERSIKT OVER STEDER OG TIDSPUNKT FOR: AKTIV PÅ DAGTID SENIOR 2023

Sted	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Crossfit Gamlebyen Borggata 7 0650 Oslo	09.00-14.00 Styrkerom Gruppetimer				
Idrettens Hus Nordbyen, Rommen Høybråten og Stovner IL Haavard Martinsens vei 30 0978 Oslo	10.00-13.00 Styrkerom 10.30-11.15 Styrke og balansesirkel				
Arca Østensjøveien 32 0667 Oslo		09.00-14.00 Styrkerom Gruppetimer			
Linderud bad Statsråd Mathiesens vei 25 0594 Oslo				14.30-16.00 Vanntrening	
Friskis og Svettis Majorstua Sørkedalsveien 10A 0369 Oslo			09.00-12.00 Styrkerom Gruppetimer	12.00-14.00 Styrkerom Gruppetimer	
Sagene samfunnshus Kristiansands gate 2 0463 Oslo			12.30-14.30 Gruppetimer		
Bjølsenhallen Moldegata 7 0445 Oslo					10.00-14.00 Gruppetimer
Lambertseter bad Langbølgen 24 1155 Oslo					14.00-16.00 Frisvømming