



TIMEPLAN SIRDAL KOMMUNE

MANDAG	TIRSDAG Morgonsvømming Tonstad-badet 6.30-8.30	ONSDAG	TORSDAG Morgonsvømming Tonstadbadet 6.30-8.30	FREDAG	LØRDAG
		Småbornsbading Tonstad-badet 10.00-11.30 * oddetallsveker			Familiebading Tonstadbadet 10.00-15.30
Trening-Gå-gruppe 15.00-16.00 Sted: <u>Tonstad/Monan</u> Opsstart 10. sept. -oddetallsveker	Trening- Trimrom for ungdom 15.30-17.00 Sted: Sinnes skule	Småbornsbading Tonstadbadet 10.00-11.30 * oddetallsveker	15.30-16.30 * partallsveker	Familiebading Tonstadbadet 16.30-19.30	Åpen gymsal 14.00-16.00 For familiar Sted: Gymsalen på Sinnes Veke 42-47
Småbornsbading 16.30-18.00 Sted: <u>Sinnes</u> 0-7 år med foreldre	Familiebading Tonstadbadet 16.30-19.30	Vanngym 15.00-16.00 Tonstadbadet Ansv: fysio. Instruksjon <u>oddetallsveker</u>	<u>Par-tallsveker</u> <u>14.00-15.00</u> <u>Utan fysio</u>	Familiebading 16.30-18.30 Sted: basseng på Sinnes skule	
Trening-Basseng 18.00-19.00 Sted: <u>Sinnes</u> Ansvarlig: fysio. Med instruksjon oddetallsveker	Vaksenbading Tonstadbadet 19.30-20.30	Hjerte-trim 18.00-18.45 Sted: <u>Tonstad/gymsalen</u> Ansvarlig: Hanna Åmlid Oppst. oktober	Bading for damer 18.30-19.30 <u>Sinnes</u> skule	Vaksen-Bading <u>Tonstad-Badet</u> 19.30-20.30	Søndag Familiebading Tonstad-badet 12.00-16.00 Første søndag i måneden. Første søndagen i hver måned (02.09 – 07.10 – 04.11 – 02.12)