

**Ukeplan Høsten 2019, Athletica Domus. Oppdatert 31/10 Endringer kan forekomme. Alle åpne felt = mosjonssvømming .**

Kursrekkene i svømmehallen går over 8 uker. Vi åpner kl. 06.30 på hverdager.

	Mandag		Tirsdag		Onsdag		Torsdag		Fredag		Lørdag		Søndag	
Tid	Hovedbasseng	Miljøbasseng	Hovedbasseng	Miljøbasseng	Hovedbasseng	Miljøbasseng	Hovedbasseng	Miljøbasseng	Hovedbasseng	Miljøbasseng	Hovedbasseng	Miljøbasseng	Hovedbasseng	Miljøbasseng
06.30														
07.00											Stengt	Stengt	Stengt	Stengt
08.00														
08.00														
09.00												Familiesvømming		
09.00									Skole					
10.00														Familiesvømming
10.00				SiO Barnehage 2)		BabySwim		SiO Barnehage 2)		SiO Barnehage 2)				Familiesvømming
11.00														
11.00	Aqua-Fitness													Familiesvømming
12.00		Aqua Fitness												Familiesvømming
12.00														Familiesvømming
13.00														Familiesvømming
13.00									Aqua-Fitness					Familiesvømming
14.00										Aqua Fitness				Familiesvømming
14.00														Familiesvømming
15.00														Familiesvømming
15.00														Familiesvømming
16.00							Aqua-Fitness							Familiesvømming
16.00							Aqua Fitness							
17.00														
17.00		BabySwim				Kurs			Svømme-trening					
18.00	Kurs					Kurs				OSI Svøm				
18.00	Kurs					Kurs							Stengt	Stengt
19.00	Kurs					Kurs								
19.00	Kurs													
20.00														
20.00	OSI Svøm					OSI Svøm			OSI Svøm					
21.00														
21.00						OSI Triatlon			OSI Triatlon		Stengt	Stengt		
22.00														

1) Bassenget er delt på tvers under Aqua (bane 1-3).  
Se [www.sio.no](http://www.sio.no) for påmeldinger.

2) I følge med personalet i SiO barnehagene, bassenget er åpent for øvrige medlemmer.  
Vi gjør oppmerksom på at badetiden er en time på familiesvømming. Voksne må være sammen med barna under hele oppholdet.