

HØST 2019

ATHLETICA

KURS

* Prisene gjelder for medlemmer. Du kan også delta på kurs uten å være medlem, prisen er da kr 1550,- og påmelding må skje i resepsjonen.

	<u>DANCE</u>	<u>KURSREKKE 2</u>	<u>DAG</u>	<u>TID</u>	<u>SENTER</u>	<u>SAL</u>	<u>NIVÅ</u>	<u>INSTRUKTØR</u>	<u>PRIS*</u>
	Jazzdans	uke 43-48 (x6)	Man	17.00-17.55	Athletica Centrum	Sal C	Begynner	Katharina G. L	kr 650 / 1550
	Jazzdans	uke 43-48 (x6)	Man	18.00-19.30	Athletica Centrum	Sal C	Litt øvet	Katharina G. L	kr 750 / 1550
	Latin Jazz	uke 43-48 (x6)	Tors	15.00-16.00	Athletica Blindern	Sal 5	Begynner	Daniel P	kr 650 / 1550
	Klassisk ballett	uke 43-48 (x6)	Man	17.00-18.00	Athletica Domus	1E	Begynner	Lotte S	kr 650 / 1550
	Klassisk ballett	uke 43-48 (x6)	Tors	17.00-18.15	Athletica Domus	1E	Litt øvet	Lotte S	kr 700 / 1550
	Moderne dans	uke 43-48 (x6)	Ons	16.15 - 17.30	Athletica Vulkan	Micro	Litt øvet	Mira H	kr 700 / 1550
	Moderne dans	uke 43-48 (x6)	Ons	17.30 - 18.45	Athletica Vulkan	Micro	Begynner	Mira H	kr 700 / 1550
	<u>YOGA</u>	<u>KURSREKKE 2</u>	<u>DAG</u>	<u>TID</u>	<u>SENTER</u>	<u>SAL</u>	<u>NIVÅ</u>	<u>INSTRUKTØR</u>	
	Vinyasa Yoga	uke 43-48 (x6)	Ons	17.00-18.15	Athletica Centrum	Sal C	Begynner	Katharina G. L	kr 700 / 1550
	Vinyasa Yoga	uke 43-48 (x6)	Ons	17.45-19.00	Athletica Vulkan	Sal 2 Yoga	Litt øvet	Isabel S	kr 700 / 1550
	<u>STRENGTH</u>	<u>KURSREKKE 2</u>	<u>DAG</u>	<u>TID</u>	<u>SENTER</u>	<u>SAL</u>	<u>NIVÅ</u>	<u>INSTRUKTØR</u>	
	Functional Power	uke 45-50 (x6)	Ons	17.00-18.00	Athletica Nydalen	Studio	Åpent nivå	Marian J	kr 650 / 1550
	Strength for rookies	uke 45-50 (x6)	Tirs	16.30-17.30	Athletica Nydalen	Studio	Begynner	Marian J	kr 650 / 1550
	Strength for rookies	uke 43-48 (x6)	Tors	16.30-17.30	Athletica Kringsjå	Studio	Begynner	Sanna G	kr 650 / 1550
	<u>SWIMMING</u>	<u>KURSREKKE 2</u>	<u>DAG</u>	<u>TID</u>	<u>SENTER</u>	<u>SAL</u>	<u>NIVÅ</u>	<u>INSTRUKTØR</u>	
	Crawl	uke 43-48 (x6)	Man	17.30-18.00	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Veronica B	kr 599 / 1550
	Crawl	uke 43-48 (x6)	Man	18.00-18.30	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Veronica B	kr 599 / 1550
	Crawl	uke 43-48 (x6)	Ons	17.00-17.30	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Hanne L	kr 599 / 1550
	Crawl	uke 43-48 (x6)	Ons	17.30-18.00	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Hanne L	kr 599 / 1550
	Crawl	uke 43-48 (x6)	Ons	18.00-18.30	Athletica Domus	Svømmehall	Litt øvet	Hanne L	kr 599 / 1550
	Crawl	uke 43-48 (x6)	Ons	18.30-19.00	Athletica Domus	Svømmehall	Litt øvet	Hanne L	kr 599 / 1550
	Svømmeopplæring voksen	uke 43-48 (x6)	Man	18.30-19.15	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Veronica B	kr 650 / 1550
	Svømmeopplæring voksen	uke 43-48 (x6)	Man	19.15-20.00	Athletica Domus	Svømmehall	Litt øvet	Veronica B	kr 650 / 1550
	Svømmeopplæring voksen	uke 43-48 (x6)	Tirs	17.00-17.45	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Jorn P	kr 650 / 1550
	Svømmeopplæring voksen	uke 43-48 (x6)	Tirs	17.45-18.30	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Jorn P	kr 650 / 1550
	Svømmeopplæring voksen	uke 43-48 (x6)	Tirs	18.30-19.15	Athletica Domus	Svømmehall	Litt øvet	Jorn P	kr 650 / 1550