

HØST 2020

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 1</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 36-41	Uke 44-49	Man	16.15-17.10	Athletica Centrum	Sal C	Begynner	Oda Marie H	kr 650 / 1550
	Jazzdans	uke 36-41	Uke 44-49	Man	17.20-18.35	Athletica Centrum	Sal C	Litt øvet	Oda Marie H	kr 700 / 1550
	Latin Jazz Beginner	uke 36-41	Uke 44-49	Ons	14.15-15.15	Athletica Blindern	Sal 5	Begynner	Daniel P	kr 650 / 1550
	Klassisk ballett	uke 36-41	uke 44-49	Man	17.00-18.00	Athletica Domus	1E	Begynner	Lotte S	kr 650 / 1550
	Klassisk ballett	uke 36-41	uke 44-49	Tors	17.15-18.30	Athletica Domus	1E	Litt øvet	Lotte S	kr 700 / 1550
	Moderne dans	Uke 36-41	Uke 44-49	Ons	16.30-17.45	Athletica Vulkan	Micro	Litt øvet	Oda Marie H	kr 700 / 1550
	Moderne dans	Uke 36-41	Uke 44-49	Ons	18.15-19.30	Athletica Vulkan	Micro	Begynner	Oda Marie H	kr 700 / 1550
	<u>YOGA</u>	<u>KURSREKKE 1</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>
	Vinyasa Yoga	uke 36-41	uke 44-49	Ons	17.30-18.25	Athletica Centrum	Sal C	Begynner	Charlotte L	kr 650 / 1550
	Vinyasa Yoga	uke 36-41	uke 44-49	Tirs	15.30-16.45	Athletica Centrum	Sal C	Litt øvet	Hanne H	kr 700 / 1550
	Vinyasa Yoga		uke 44-49	Man	18:00-19:15	Athletica Kringsjå	OMT 70	Begynner	Ida S	kr 700 / 1550
	<u>STRENGTH</u>	<u>KURSREKKE 1</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>
	Fun with mobility	uke 36-41	uke 44-49	Tors	14.30-15.30	Athletica Blindern	Sal 5	Begynner	Daniel P	kr 650 / 1550
	Olympiske løft		uke 44-49	Man	18.15-19.15	Athletica Nydalen	Studio	Begynner	Ingvild S	kr 650 / 1550
	<u>SWIMMING</u>	<u>KURSREKKE 1</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>
	Crawl	uke 36-41	uke 44-49	Man	17.30-18.00	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Veronica B	kr 599 / 1550
	Crawl	uke 36-41	uke 44-49	Man	18.00-18.30	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Veronica B	kr 599 / 1550
	Crawl	uke 36-41	uke 44-49	Ons	17.00-17.30	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Hanne L	kr 599 / 1550
	Crawl	uke 36-41	uke 44-49	Ons	17.30-18.00	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Hanne L	kr 599 / 1550
	Crawl	uke 36-41	uke 44-49	Ons	18.10-18.40	Athletica Domus	Svømmehall	Litt øvet	Hanne L	kr 599 / 1550
	Crawl	uke 36-41	uke 44-49	Ons	18.45-19.15	Athletica Domus	Svømmehall	Litt øvet	Hanne L	kr 599 / 1550
	Svømmeopplæring voksen	uke 36-41	uke 44-49	Man	18.30-19.15	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Veronica B	kr 650 / 1550
	Svømmeopplæring voksen	uke 36-41	uke 44-49	Man	19.15-20.00	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Veronica B	kr 650 / 1550
	Svømmeopplæring voksen	uke 36-41	uke 44-49	Tir	17.15-18.00	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Jorn P	kr 650 / 1550
	Svømmeopplæring voksen	uke 36-41	uke 44-49	Tir	18.00-18.45	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Jorn P	kr 650 / 1550
	Svømmeopplæring voksen	uke 36-41	uke 44-49	Tir	18.45-19.30	Athletica Domus	Svømmehall	Litt øvet	Jorn P	kr 650 / 1550