

<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 12-16	Man	16:55-17:50	Athletica Centrum	Sal C	Begynner	Oda Marie H	kr 650 / 1550
Jazzdans	-	uke 12-16	Man	19:30-21:00	Athletica Centrum	Sal C	Litt øvet	Oda Marie H	kr 750 / 1550
Salsa Beginner	Uke 4-9	uke 12-16	Tors	17:15-18:15	Athletica Blindern	Sal 5	Begynner	Daniel P	kr 650 / 1550
Salsa Intermediate	Uke 4-9		Ons	17:45-18:45	Athletica Domus	Sal 1E	Litt øvet	Daniel P	kr 650 / 1550
Salsa Improvers	Uke 4-9		Tirs	17:55-18:55	Athletica Domus	Sal 1E	Begynner	Daniel P	kr 650 / 1550
Latin Jazz Beginner	uke 4-9		Ons	16:30-17:30	Athletica Domus	Sal 1E	Begynner	Daniel P	kr 650 / 1550
Klassisk ballett	uke 4-9		Man	17:00-18:00	Athletica Domus	1E	Begynner	Lotte S	kr 650 / 1550
Klassisk ballett	uke 4-9		Tors	17:15-18:30	Athletica Domus	1E	Litt øvet	Lotte 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>
Strength Basic	uke 4-9		Tirs	17:00-18:00	Athletica Vulkan	Studio	Begynner	Sonya M	kr 650 / 1550
Olympiske løft ABC		uke 12-16	Tirs	17:00-18:15	Athletica Vulkan	Studio	Litt øvet/øvet	Sonya M	kr 750 / 1500
<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 4-9	uke 12-16	Tirs	15:30-16:45	Athletica Centrum	Sal C	Begynner	Hanne H	kr 700 / 1550
Stretching for dancers	uke 4-9	uke 12-16	Tors	14:30-15:30	Athletica Blindern	Sal 5	Åpent	Daniel P	kr 650 / 1550
Hatha Yoga			Tors	19:00-20:15	Athletica Vulkan	Sal 2	Åpent		kr 700 / 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 4-9	uke 12-16	Man	16:30-17:00	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Silje-Marie J	kr 599 / 1550
Crawl	uke 4-9	uke 12-16	Man	17:00-18:30	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Silje-Marie J	kr 599 / 1550
Svømmeopplæring voksen (EN)	uke 4-9	uke 12-16	Ons	17:00-17:45	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Sandra F	kr 650 / 1550
Svømmeopplæring voksen (EN)	uke 4-9	uke 12-16	Ons	17:45-18:30	Athletica Domus	Svømmehall	Begynner	Sandra F	kr 650 / 1550
Svømmeopplæring voksen	uke 4-9	uke 12-16	Tir	17:15-18:00	Athletica Domus	Svømmehall	Litt øvet	Jorn P	kr 650 / 1550
Crawl	uke 4-9	uke 12-16	Tir	18:00-18:30	Athletica Domus	Svømmehall	Litt øvet	Jorn P	kr 599 / 1550
Crawl	uke 4-9	uke 12-16	Tir	18:30-19:00	Athletica Domus	Svømmehall	Litt øvet	Jorn P	kr 599 / 1550
<u>MARTIAL ARTS</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>
Self Defense	uke 4-9		Ons	18:30-19:30	Athletica Nydalen	Sal 3	Begynner	Sander B	kr 650 / 1550
<u>OUTDOOR</u>	<u>KURSREKKE 1</u>		<u>DAG</u>	<u>TID</u>	<u>SENTER</u>		<u>NIVÅ</u>	<u>INSTRUKTØR</u>	<u>PRIS*</u>
Cross country skiing Begginer	uke 4-9				Athletica Kringsjå	Ute	Begynner	Christine S	kr 599 / 1550
Cross country skiing Intermediate	uke 4-9				Athletica Kringsjå	Ute	Litt øvet	Christine S	kr 599 / 1550

Med forbehold om endring