

Timeplan Salangshallen - VÅR 2023

	Mandag			Tirsdag			Onsdag			Torsdag			Fredag			Søndag		
	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C
06:45																Mottaket fra kl 13.00-15.00		
08:00																		
15:45							Innebandy ungdom Kine Heggelund						Innebandy ungdom Kine Heggelund					
17:00	ØSIL fotball	ØSIL fotball	ØSIL fotball	SIF turn	SIF turn	SIF turn	Friidrett	Friidrett	Friidrett	Drill	Turn	Turn	SIF fotball	SIF fotball	SIF fotball		SALAKS	Klatreklubb
	Barn	Barn	Barn					Odd L.			Roger L.		barn	barn	barn		SALAKS	fam.
18:15		Odd-Lennard												Gaute O.			SALAKS	Torkel
18:15	Taekwondo	Røde kors	SIF fotball	SIF turn	SIF turn	SIF turn	ØSIL fotball	ØSIL fotball	ØSIL fotball	Drill		Klatreklubb	Mottaket	Mottaket	Mottaket		Ansatte	
	Barn	ungdom	barn				barn	barn	barn			barn		Tove Z			SFO	
19:30	Cato S.	Wenche K.	Kine H.		Isabel S.												Barnehagen	
19:30	SIF fotball	Tabata	Taekw.vok.	SIF turn	SIF turn	SIF turn	Volleyball	Badminton	Lamo	SIF trim	Drill Sissel	Klatreklubb	Mottaket	Mottaket	Mottaket			
	barn	Wenche K.	Klatreklubb					barn		Jorunn I.		voksen Torkel						
20:45			vosen					Kenneth H.										
20:45	Cricet bosett			Cricet Bosett	Cricet bosett	Cricet bosett	mottaket	mottaket	Kjetil Heggelund	SIF trim bandy	SIF trim bandy	SIF trim bandy	Mottaket	Mottaket	Mottaket			
22:00							Badminton			25 pluss	25 pluss	25 pluss						

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Søndag
	Styrkerom	Styrkerom	Styrkerom	Styrkerom	Styrkerom	Styrkerom
06:00	Trening ansatte	Trening ansatte	Trening ansatte	Trening ansatte	Trening ansatte	
08:30		Astafjord barnevernstjeneste				
10:30		v/ ansatte		IKT Styrkerom 1430-1530		
15:30	SVS borteboere	Bosetting	SVS borteboere	SVS borteboere	Bosetting EM	
16:30						
17:00	Mottaket	Lamo	Mottaket	Mottaket	Mottaket	
18:15			Mottaket			
18:15	Ida Kristin Johnsen	Sif trim pensjonist	Bosetting eldre damer	SIF ski	Lamo	Røde kors
19:30	Ida Kristin Johnsen		Bosetting eldre damer			
19:30	Trim pensjonist	Sif trim pensjonist	SIF ski	SIF trim styrke pensjonist	Bosetting ordinær	
20:45		Spinning	Spinning voksen			
20:45	Salangen Kommune	Salangen Kommune	Salangen kommune	Salangen kommune		
22:00	Brann / redning	Brann/redning/ansatte	Brann/redning/ansatte	Brann/redning/ansatte		

Fredag 14.30 til 15.30 Fysak Styrketreningsrommet Ansatte Kommunen

Mandag 06.45 til 08.00 Frisklivsgruppe Styrketreningsrommet Frisklivsgruppe Karla

Tirsdag 12.45 til 13.45 Frisklivsgruppe Styrketreningsrommet Frisklivsgruppe Karla

Tirsdag-Fredag 06:00-07:30 Treningansatte Styrketreningsrommet Alle Karla

Salaks startet trening i hallen uke 12