

Aktivitetsschema för KA1 IF Höstterminen 2021

Starttid:	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
08:45						SomaMove	
09:00							Cross Nature / Stavgång
10:00						Barn gymnastik 9:45 - 10:30 (3-4 år) 10:30 - 11:15 (5-6 år)	Bollsport (barn)
15:00					Tennis utebanan		
16:00	Tennis utebanan	Tennis utebanan/Friidrott barn 17 - 18	Tennis utebanan	Bollsport (barn)	Tennis utebanan		
17:00				Tennis utebanan		Joggingkul	
17:15							
18:00		CrossNature (start 18:10)		Yoga	Tennis utebanan		
19:00	Funktionell styrka	Innebandy Vuxna 19 - 20:30		CrossNature / Cirkelträning*			
19:15			SomaMove				
19:30		Box					
20:00	Badminton		Fotboll	Badminton			
21:00							

Alla pass är ca 1 timme långa. Mer info om respektive aktivitet finns på webben ka1if.se. *Streamat pass

Kontaktpersoner:

Badminton (Kent)	mr.kent@ownit.nu	Friidrott barn (Henrik)	henrik.svengren@yahoo.com
Boxercise (Myrna)	myrna.selenius@gmail.com	SomaMove (Solveig)	solveiq.rettiq@gmail.com
Cirkelträning (Erika)	erika.eko@hotmail.com	Tennis (Salim)	44sakh@gmail.com
Gymnastik barn (Lukas)	lukas.brehmer@toprightnordic.com	CrossNature (Catrin)	catrin.grambo@gmail.com
Innebandy (Linus)	ladolfsson@gmail.com	Funktionell styrka (Camilla)	camilla@zeventy.se
Joggingkul (Pelle)	perda@kth.se	Fotboll (Lennart)	070-732 93 96
Stavgång (Ann)	annloden@gmail.com	Yoga (Ewa)	skioldebrandewa@gmail.com
Bollsport barn (Jörgen)	jstromberg7@icloud.com		

Terminskort 750 kr, betalas in på postgiro 14 27 73-1, kontakta stefan.axelsson@teledyneflir.com vid frågor.

Du kan även betala för respektive pass, se mer info under respektive aktivitet på hemsidan.