

**Ukeplan Vår 2020, Athletica Domus. Oppdatert 11/3 Endringer kan forekomme. Alle åpne felt = mosjonssvømming .**

Kursrekkene i svømmehallen går over 8 uker. Vi åpner kl. 06.30 på hverdager.

|       | Mandag       |              | Tirsdag       |                  | Onsdag       |              | Torsdag      |                | Fredag           |               | Lørdag        |                  | Søndag       |              |
|-------|--------------|--------------|---------------|------------------|--------------|--------------|--------------|----------------|------------------|---------------|---------------|------------------|--------------|--------------|
| Tid   | Hovedbasseng | Miljøbasseng | Hovedbasseng  | Miljøbasseng     | Hovedbasseng | Miljøbasseng | Hovedbasseng | Miljøbasseng   | Hovedbasseng     | Miljøbasseng  | Hovedbasseng  | Miljøbasseng     | Hovedbasseng | Miljøbasseng |
| 06.30 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 07.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               | Stengt        | Stengt           | Stengt       | Stengt       |
| 08.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 08.00 | Aqua-Fitness |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 09.00 | Aqua-Fitness | Aqua Fitness |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 09.00 |              |              | Skole 2 baner |                  |              |              |              |                |                  | Skole 2 baner |               |                  |              |              |
| 10.00 |              |              |               | SiO Barnehage 2) |              | BabySwim     |              | Skole 2 baner  | SiO Barnehage 2) |               | Skole 2 baner | SiO Barnehage 2) |              |              |
| 11.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 11.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 12.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 12.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 13.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 13.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  | Aqua-Fitness  |               |                  |              |              |
| 14.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               | Aqua Fitness  |                  |              |              |
| 14.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 15.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 15.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 16.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 16.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 17.00 |              | BabySwim     |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 17.00 |              |              | Kurs          |                  |              | Kurs         |              | Svømme-trening |                  |               |               |                  |              |              |
| 18.00 | Kurs         |              |               |                  |              | Kurs         |              |                |                  |               | OSI Svøm      |                  |              |              |
| 18.00 | Kurs         |              |               |                  |              | Kurs         |              |                |                  |               |               |                  | Stengt       | Stengt       |
| 19.00 | Kurs         |              |               |                  |              | Kurs         |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 19.00 | Kurs         |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 20.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 20.00 | OSI Svøm     |              |               |                  |              | OSI Svøm     |              |                | OSI Svøm         |               |               |                  |              |              |
| 21.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |
| 21.00 |              |              | OSI Triatlon  |                  |              | OSI Elv      |              |                | OSI Triatlon     |               | Stengt        | Stengt           |              |              |
| 22.00 |              |              |               |                  |              |              |              |                |                  |               |               |                  |              |              |

1) Bassenget er delt på tvers under Aqua (bane 1-3).  
Se [www.sio.no](http://www.sio.no) for påmeldinger.

2) I følge med personalet i SiO barnehagene, bassenget er åpent for øvrige medlemmer.  
Vi gjør oppmerksom på at badetiden er en time på familiesvømming. Voksne må være sammen med barna under hele oppholdet.