



TIMEPLAN
PULSSENTERET CROSSFIT
TLF. 70155310
Gyldig fra 13.4.2015

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LØRDAG
06.15 – 07.00 Early birds Rullerende Må bookes			06.15 – 07.00 Early birds Rullerende Må bookes		
10.15 – 11.15 WOD Basic Sindre		10.15 – 11.15 WOD Basic Sindre			10.00 – 11.00 WOD Ta med en venn Helene / Charlotte
	12.00 – 13.00 WOD Basic Sindre		12.00 – 13.00 WOD Basic Sindre		
13.00 – 14.00 WOD Basic Sindre		13.00 – 14.00 WOD Basic Sindre			
	16.15 – 17.15 WOD Basic Sindre		16.15 – 17.15 WOD Basic Sindre		
				17.00 – 18.00 WOD Basic Helene / Charlotte	
18.00 – 19.00 Fra uke 17 WOD Intro Ta med venner og kjente Sindre	18.00 – 20.00 2 dagers Kurs Tirsdag og torsdag Påmelding	18.00 – 19.00 WOD Intro Ta med venner og kjente Sindre	18.00 – 20.00 2 dagers Kurs Tirsdag og torsdag Påmelding		
19.00 – 20.00 WOD Basic Sindre		19.00 – 20.00 WOD Basic Sindre			
	20.15 WOD Basic Helene / Charlotte		20.15 WOD Basic Helene / Charlotte		

<http://www.pulssenteret.no>



Åpningstider i senteret

Mandag til torsdag

KL: 10.00 – 22.00

Fredag

KL: 10.00 – 20.00

INFO!

For å delta på WOD må du ha tatt kurset, vi setter opp kurs, kontinuerlig. Kurset går over 4 timer, fordelt på to dager.

Intro timer og ta med en venn er åpne timer for alle som vil prøve.

HUSK Å BRUKE NETTBOOKINGEN, DU VIL FINNE TIMENE PÅ MIN SIDE, ALLE TIMENE TILHØRENDE CROSSFIT ER FARGET LYS GRÅ I NETTBOOKINGEN.