

Timeplan Rana Turnforening sesongen 2019/2020.

Sted	Mandag:			Tirsdag:			Onsdag:			Torsdag:		
	Parti	Tid	Trenere	Parti	Tid	Trenere	Parti	Tid	Trenere	Parti	Tid	Trenere
L y n g h e i m				IG2 3-5 kl.	16.00-17.00	Bjørnar, Anita, Oda og Marthe G				Gymlek 4-6 år	17.00-18.00	Ingrid, Berit og Ingrid H
				IG1 2 kl.	17.00-18.00	Anette, Ane og Kari	Turn Jenter Aspirant/rekrutt	18.00-19.30	Stian, Tuva, Eyvind, Bjørnar	IG1 1. kl.	18.00-19.00	Daniella, Ingrid, Ane
				Turn Jenter Ekstratrening	18.00-20.00	Bjørnar, Tuva++	Turn Jenter I, II og II	19.30-21.00	Stian, Tuva, Eyvind, Bjørnar	IG1 3.-4. kl.	19.00.-20.00	Sarah, Daniella og Ingrid
				Gym Mix 16+	20.00-21.00	Rachel						
R a n a h a l l e n	Tropp Konkurransse alle partier/ Fittstående	16.00 -17.00	Stian, Eyvind, Hugo, Oda, Mia	Tropp 7.-10 kl.	16.00-17.00	Rachel, Rebekka, Monja, Helen, Brage, Fredrik, Maja og Martine				Tropp junior/senior	16.00-18.00	Rachel, Stian, Eyvind, Fredrik, Mia, Oda og Jan Ove
	Basistrening	17.00-18.00	Stian +	Tropp 4.-6. Klasse	17.00-18.00	Helen, Marthe N, Marthe F, Fredrik og Maja				Tropp Rekrutt	17.00-19.00	Rachel, Stian, Eyvind, Fredrik, Mia, Oda og Jan Ove
	Tropp senior + Frittstående apparat	18.00-19.00	Stian +	Salto	18.00-19.00	Helen, Maja, Fredrik og John Emil						
B h å s l m l o e - n							Oppvisnings-tropp 3.-6. Kl.	18.00-19.00	Monja, Oda og Sarah			
							Oppvisnings-tropp 7.-10. Kl.	19.00-20.00	Monja, Oda og Sarah			
H a u k n e s										Gym X Damer	19.00-20.30	Kari
										Gym X Veteran	20.30-22.00	Rigmor, Anita

Hovedtrenere 2019/2020		
Parti:	Trener:	Telefon:
Tropp Konkurranse	Stian	480 00 574
Tropp 4.-6. klasse	Helen	947 84 231
Tropp 7.-10. klasse	Rachel	915 43 597
Salto	Helen	947 84 231
Gymlek 4-6 år	Ingrid	924 46 031
IG1 1.klasse	Daniella	936 26 525
Torsdag 18.00-19.00	Sarah	477 06 118
IG1 2. klasse		
Tirsdag 17.00-18.00	Anette	997 85 797
IG1. 3.-4. klasse		
Torsdag 19.00-20.00	Sarah	477 06 118
IG2. 3.-5. klasse		
Tirsdag 16.00-17.00	Bjørnar	918 84 680
Turn jenter alle partier	Stian	480 00 574
Turn jenter ekstratrening tirsdag	Bjørnar	918 84 680
Gym X Damer	Kari	905 86 611
	Rigmor	975 55 077
Gym X Veteran	Anita	915 94 386