

## Fordeling av treningstider i Styrkerommet i Markerhallen Høst 2022 – Vår 2023

Kl	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
8.30-14.30	Marker skole	Marker skole	Marker skole	Marker skole	Marker skole		
14.00						ØIL friidrett	ØIL friidrett
14.30	Marker kommune ansatte	ØIL håndball G11	Marker kommune ansatte		ØIL fotball	-	-
15.00	-	-	-		-	-	-
15.30	-	NVIO	-	NVIO	-	-	-
16.00	-	-	-	-	-		Marker Brannvesen
16.30	-	-	-	-	-		-
17.00	-	Marker Brannvesen	-	-	-		-
17.30	ØIL håndball J12	-	ØIL håndball G/J12	ØIL håndball J14/15	-		-
18.00	-	-	-	-			-
18.30	ØIL friidrett	-	-	-			-
19.00	-	-	-	ØIL håndball J13			-
19.30	-	-	ØIL håndball G14/J13	-			-
20.00	-	ØIL håndball G13/14	-	-			
20.30		-	-				
21.00							

- Brukere av styrkerommet må sørge for å rydde etter seg. D.v.s. sette alt på plass, legge vekter i stativer. Søppel tas med ut og legges i søppelkasser i vestibylen.

