

Timeplan for vårsemesteret 2026

- Ett barn som trener én gang i uken: ordinære priser (nevnt over)
- Ett barn som trener minst to ganger i uken **eller** søskenrabatt: 20 % rabatt på total semesterpris (gjelder ikke viderekommende partier)
- *Alle partier som trener helg har reduserte priser, da noen treninger vil utgå grunnet arrangement

Parti	Dag	Tid	Pris	Linker
Gymlek				
Foreldre og barn V1 (Fjellsrud gymsal)	Mandag	17:00-17:45	1300,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/79D33E4A7A87446C8B293D8D2EC4BCC8
Foreldre og barn V2 (Fjellsrud gymsal)	Tirsdag	17:00-17:45	1300,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/F66D9C90CF254A90AD2A9610D27512F1
G/J 4-5 år V1 (Fjellsrud gymsal)	Mandag	17:45-18:30	1300,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/E560AC76C36C4E16B199BB634AA74BA9
G/J 4-5 år V2 (Fjellsrud gymsal)	Tirsdag	17:45-18:30	1300,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/DB3629FCB3464C228716B30D078E7AE4
G/J 4-5 år V3 (Kjennhallen)	Torsdag	16:30-17:30	1300,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/6779EABFD0AB4F3489A47D37C09BF49C
Trampolinekurs				
Trampoline 8-9 år (Kjennhallen)	Tirsdag	17:00-18:00	1500,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/6BEF78D6046D4E189EE141AAB7E6843E
Trampoline 10-14 år (Kjennhallen)	Tirsdag	18:00-19:00	1500,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/FAEA48E0B6B5437F88D165805F02F98D
Turn 6-7 år				
J 6-7 år V1 (Fjellsrud gymsal)	Mandag	18:30-19:30	1350,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/9D66608558C84DA38012D73B0F7219D5
J 6-7 år V2 (Kjennhallen)	Torsdag	16:30-17:30	1350,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/70754DB365F6420782

				D03CEFE4745EB5
J 6-7 år V3 (Kjennhallen)	Fredag	16:30-17:30	1350,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/A5E98C701C66414391F1466D2472A951
G 6-9 år V1 (Kjennhallen)	Fredag	18:00-19:00	1350,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/A90F1EE206414481ACB59BC5EFA40FA3
Turn 8-9 år				
J 8-9 år V1 (Kjennhallen)	Tirsdag	17:30-18:30	2000,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/89D83C2302D149CC9AF7619FCAC98D20
J 8-9 år V2 (Kjennhallen)	Torsdag	17:00-18:00	2000,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/EF63E6AFD2E64F3EAE90426A911AF028
G 6-9 år V1 (Kjennhallen)	Fredag	18:00-19:00	1350,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/A90F1EE206414481ACB59BC5EFA40FA3
Turn 10-11 år				
G/J 10-11 år V1 (Kjennhallen)	Tirsdag	18:30-19:30	2000,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/8F909FED44754827B4A4AFBD598F328E
G/J 10-11 år V2 (Kjennhallen)	Torsdag	18:00-19:00	2000,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/0BB349C7D4FF4704B5EE5342020D0D1C
Turn 12-17 år				
G/J 12-17 år (Kjennhallen)	Fredag	18:30-20:00	2000,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/2BE7BFC5E89448788084C58C93A92368
Rytmask Gymnastikk				
RG Sommerfugler (Fjellhamarhallen)	Tirsdag og torsdag	17:00-18:30 17:00-18:00	2700,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/172F331D4A414EDA98B2ABCDE880A399
Troppsgymnastikk				
Tropp 8-11 år (Kjennhallen)	Torsdag og søndag*	16:30-17:30 14:00-15:30	2600,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/3BC1E32FB42044B998D6B3B7A0AF2FAA

Apparatturn jenter				
Apparatturn J 6-7 år (Kjennhallen)	Tirsdag og fredag	17:00-18:00 17:30-18:30	3000,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/A8008066A3AA4E678764CF1D362CDD1D
Apparatturn J 8-9 år (Kjennhallen)	Tirsdag, fredag og søndag	18:00-19:00 17:00-18:30 12:30-14:00	3600,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/CE361F02643F41179F4C6D1711C0E2EE
Apparatturn J 10-11 år (Kjennhallen)	Tirsdag, fredag og søndag	19:00-20:30 18:00-19:30 14:00-15:30	3800,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/16E47DD128C84A1988E9D41E0E3C08ED
Apparatturn J 12-17 år (Kjennhallen)	Mandag, onsdag og søndag	20:00-21:30 20:00-21:30 14:00-15:30	3800,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/C01F87245F4048BF902E14207C12C6D6
Apparatturn gutter				
Apparatturn G 6-7 år (Kjennhallen)	Tirsdag og fredag	17:30-18:30 17:00-18:00	3000,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/7FB4329DD665438DA223C80876433A53
Apparatturn G 8-9 år (Kjennhallen)	Tirsdag og fredag	18:30-20:00 18:00-19:30	3500,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/FB59CE00EEC94E12A938C4B15A5D4992
Apparatturn G 9-12 år (Kjennhallen)	Tirsdag, fredag og lørdag	18:30-20:30 18:00-20:00 14:30-16:30	3800,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/30C6C0A67DC9430791C94444BA0A7C17
Parkour				
Parkour Kids V1 (Kjennhallen)	Fredag	16:30-17:30	2000,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/08C3B2E2FC4E4E83960AC1F44963183A
Parkour Kids V2 (Kjennhallen)	Lørdag*	12:00-13:00	1500,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/C74C4E9E23C04B2DBCAF8812C07C7F45
Parkour Beginner V1 (Kjennhallen)	Mandag	20:00-21:00	2250,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/3AE3B3CA17FE4C4C83F0D3949652B319
Parkour Advanced V1 (Kjennhallen)	Tirsdag	20:00-21:30	2500,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/2B6A27A0FF04411589C898FF3E49D5C2

Parkour Beginner V2 (Kjennhallen)	Tirsdag	19:30-20:30	2250,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/AF8EA0AF7C2549E981A2FAFBD95A8F50
Parkour Beginner V3 (Kjennhallen)	Lørdag*	12:30-14:00	2000,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/E5ADFFA7C6EC4D53A158F06E78F7E008
Parkour Advanced V2 (Kjennhallen)	Lørdag*	13:30-15:00	2000,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/6D353AA894DE42A59174AD2C44D2C528
Voksenturn				
Voksenturn	Tirsdag	20:00-21:30	3000,-	https://club.spond.com/landing/courses/h-t/2AF21EA6DDD84DB89FD259AF4F5CE11F