

Treningstider BBIL 2014-2015



Gymsal Byrkjelo & Stadionbygget

Mandag:

15.00-16.00	Trygge eldre 75+	Anni Felde
16.00-17.00	Trygge eldre 65+	Anni Felde
17.00-19.00	Breim Skulemusikk	

Tysdag:

18.00-19.00	Idrettskule 3-4 kl.	Per Arne Strand
20.00-21.15	Fotball Old Boys	Jon Fossheim

Onsdag:

17.00-18.00	Nøstetrim 3-5 år	Inger Berit Skinlo/Margit Andrea Støyva
18.00-19.00	Idrettskule 1-2 kl.	Camilla Heggen/Janne Helen Myklebust
19.00-21.00	Sirkeltrening	Ole Tom Flølo/Reidar Moldestad

Torsdag:

18.30-20.00	Barmark alpin	Anders Felde
-------------	---------------	--------------

Fredag:

17.00-18.00	Handball J10	Gro Larsen Hjelle/Jannicke Felde
18.00-23.00	Idrettsklubben	Sjå eigen oversikt

Spinning: sjå nettsida

Gymsal Reed:

Onsdag:

17.30-18.30	Nøstetrim 3-5år	Anne Svangtun/foreldrestyrt
18.30-20.00	Fotball G12/13/14	Roger Hjelle

Torsdag:

18.00-19.00	Lukka trening for tilsette i Breim Barnehage	
-------------	--	--

Fredag:

17.00-18.00	Mini-handball/turn gutter/jenter født 2008	Anne Svangtun, Kristin D. Felde
18.00-19.30	Innebandy	Roy Seime, Morten Fammestad m.fl.

Breimshallen:

Mandag:

17.30-18.30	Handball mini G7/8	Marie Enebø Sæthre
18.30-19.30	Handball mini J7	Bente Egge Søvde/Kathrin Stokke

Tysdag:

19.30-20.30	Bokwa (oppstart 28.okt)	Solgunn Myklebust/Kristin Sandal
-------------	-------------------------	----------------------------------

Onsdag:

20.00-22.00	Volleyball Herrer	Kjell Bijsterbosch
-------------	-------------------	--------------------

Torsdag:

17.00-19.00	Seniordans	Anni Felde
-------------	------------	------------

Søndag:

16.30-18.00	Volleyball G/J	Vegar Sårheim, Per Inge Seime
18.00-20.00	Volleyball Damer	Sjølvstyrt
20.00-22.00	Volleyball Herrer	Kjell Bijsterbosch

Trivselshagen:

Måndag:

15.00-16.00	Handball J13	Ayla Myklebust Seime/Ingeborg Volle
-------------	--------------	-------------------------------------

Tysdag:

18.00-19.00	Handball G12	John Inge Sørland/Inger M. Sørland/Tina Eide
-------------	--------------	--

Onsdag:

15.00-16.00	Handball J13	Ayla Seime Myklebust/Ingeborg Volle
18.00-19.00	Handball J10	Gro Larsen Hjelle/Jannicke Felde

Torsdag:

18.00-19.30	Handball J12	Marie Evebø/Anne Svangtun
-------------	--------------	---------------------------

Breimsbygda studio –i form på 1-2-3:

Tysdag:

19.30-21.00	Opa trening m/instruktør	Ola Bergheim m.fl.
-------------	--------------------------	--------------------

Torsdag:

19.30-21.00	Opa trening m/instruktør	Ola Bergheim m.fl.
-------------	--------------------------	--------------------

Fredag:

18.00-19.00	Sterke damer –kom i gang*	Jan Otto Aae
19.00-20.00	Staute karar –kom i gang *	Jan Otto Aae

Kunstgrasbana:

Onsdag:

19.00-20.10	Styrke/intervall	Marita Sårheim m.fl.
-------------	------------------	----------------------

Laurdag:

09.00-10.00	Styrke/intervall (vert flytta inn i vinter)	Anne-Merete Kleppenes
-------------	--	-----------------------

Søndag:

18.00-19.30	Trening på tvers (8-16år) (vert flytta inn i vinter)	Pål Sandal m.fl.
-------------	---	------------------

Fotball: sjå nettside

Ski (Utvikfjellet) oppstart etter jul:

Mandag:

17.30-19.00	Fjordpipe skiskule langrenn	Anders Felde
-------------	-----------------------------	--------------

Tysdag:

18.00-20.00	Trening	Anders Felde
-------------	---------	--------------

Torsdag:

18.30-20.00	Fjordpipe skiskule alpint	Anders Felde
-------------	---------------------------	--------------

OBS! Sjå gymsal Byrkjelo: torsdag kl.18.30-20.00 barmark alpin

* Kom i gang timane krev påmelding. Her får du instruksjon på apparat og øvelsar samt forslag til treningsopplegg. Desse timane er meint som ein god og trygg start for eigentrening i treningstudioet. Kun 10 plassar kvar time, påmelding på www.treningstid.no

Full oversikt på nettsida

Du finn til ein kvar tid oppdatert aktivitetsskalender på nettsida breimbygda.no

I denne oversikta er ikkje spinning med då treningstidene kan variere frå veke til veke.

God trening!

Mvh Breimsbygda idrettslag

Våre sponsorar:



Re-Bygg A.s
AUT. ENTREPRENØR
6827 Breim • Tlf 950 79 616



sparebanken
sogn og fjordane



BYRKJELO MASKIN AS
6826 BYRKJELO

