

09.00 – 09.45

REGISTRERING ÅPNER I RESEPSJONEN, FAMILY SPORTS CLUB

SKILLRUN

SKILL ZONE

GROUP CYCLE

GRUPPETRENING

YOGA
(FARRIS BAD)FAGLIG
INSPIRASJON
MED PT
(FARRIS BAD)AKTIVITET MED
PT

LEDELSE / DRIFT

10:00 – 11.00

**FELLES ÅPNINGSFOREDRAG BJØRN ARILD WISTH – OPPLEVELSER SOM STRATEGI
BØLGEN KULTURHUS VIS A VIS FARRIS BAD**

11.15 – 12.15

Pia Seeberg
HillsElisabeth & Torill
PowerTom Erik Oxholm
Let's get this party
startedEva Katrine Thomsen
DiscomaniaMette Grøslund
Twist & ShineMartin Norum
Kosthold for
treningLinus Åberg
Holdbar KroppFarhad Jabbari
Welcome to the
future

12.15 – 13.15

LUNSJ – INKLUDERT I BILLETTEN

13.15 – 14.15

Jessica Clarén
SpeedLotte Oxholm
BoostTiago Silva
1Rebel RideEva Katrine Thomsen
Soma MoveMette Grøslund
Vinyasa yoga
workshopPia Seeberg
Hvordan bruke
sosiale medier
workshopJohn-Ivar
Smiseth
Trening og
eldreTom Erik Oxholm
All or nothing

14.30 – 15.30

Trude Flø
Johnsen
HillsTiago Silva
1Rebel. ReshapeKjell Olav Engen
Disco InfernoLisa Marie Ronnie
Magic Moments

Kjetil Borch

Eva Katrine Thomsen
Hvordan lykkes med
gruppetrening

TECHNOGYM CONNECTED SØNDAG 26. APRIL 2020

	SKILLRUN	SKILL ZONE	GROUP CYCLE	GRUPPETRENING	YOGA (FARRIS BAD)	FAGLIG INSPIRASJON MED PT (FARRIS BAD)	AKTIVITET MED PT	LEDELSE / DRIFT
09.00 – 10.00	Lotte Oxholm Speed	Sigve Christoffersen Power	Tiago Silva 1Rebel Ride	Jessica Clarén Functional strenght for endurance	Mette Grøsland Assist workshop. Go with the flow	Andreas Skjetne Hvordan lykkes som PT	Johan Andersson Creative Skills	Technogym Club 4.0
10.15 – 11.15	Jessica Clarén Hills	Tiago Silva 1Rebel Reshape	Trude Flø Johnsen Stressless	Lisa Marie Ronnie Moves				Kjetil Larsen Prisdifferensiering – hvordan lykkes
11.15 – 12.15	LUNSJ – INKLUDERT I BILLETEN							
12.15 – 13.15	Elisabeth og Torill Speed	Johan Andersson Boost	Jessica Clarén The secret behind power in the classroom	Trude Flø Johnsen Klassisk sirkeltrening fra Ørsta	Mette Grøsland Hips don't lie	Kjetil Borch	Martin Norum Knebøy og markløft Slik gjør du svakheter til styrker	Simon Forsberg PT Management
13.30 – 14.30	Anne Sigrid Christoffersen Hills	Bastian Stoermann-Næss Power		Lotte Oxholm Bootcamp				Kjetil Larsen PT i et folkehelse- perspektiv