

**TIMEPLAN**  
**Drammen Sykehus**

<b>MANDAG (Martine)</b>	<b>TIRSDAG (Jakob)</b>	<b>ONSDAG (Martine + Jakob)</b>	<b>TORS DAG (Martine)</b>	<b>FREDAG (Martine)</b>
<b>Tilgjengelig instruktør 9:00-12:30</b>	<b>Tilgjengelig instruktør 9:00-15:00</b>	<b>Tilgjengelig instruktør 9:00-15:00</b>	<b>Tilgjengelig instruktør 9:00-12:30</b>	<b>Tilgjengelig instruktør 9:00-14:00</b>
<b>09:30-10:15 Egentrening</b>	<b>10:00-11:00 Egentrening</b>	<b>09:30-10:15 Egentrening</b>	<b>10:00-11:00 Egentrening</b>	<b>09:30-10:15 Egentrening</b>
<b>10:15-11:00 Egentrening</b>		<b>10:15-11:00 Egentrening</b>		<b>10:15-11:00 Egentrening</b>
	<b>11:00-11:40 «Kom i gang»</b>	<b>11:00-11:40 Sykkel 40 min</b>	<b>11:00-12:00 Kom i gang m/lett styrke</b>	<b>11:00-12:00 Sykkel og styrke</b>
	<b>11:45-12:30 «Bøy og Tøy»</b>	<b>11:45-12:30 «Topp til tå» (Styrke u/stang)</b>		

**Gjeldende fra 7. oktober 2017**

Under gruppetimene er ikke treningsalen tilgjengelig for egentrening. Egentrening er kun i fastsatt tidsperiode.

Pusterommet er ubemannet mellom 12.30-13.00. For å delta på tilbudene må du ha henvisning fra lege.

På Pusterommet finner du fysioterapeut Martine Munthe-Kaas/Jakob Winther Westlie. For mer informasjon eller påmelding/avmelding til grupper- tlf 32 80 31 98

Velkommen! Du finner oss i 7 etg., heis B på Drammen sykehus