

Tokkehallen 2019 – 2020 (1. september – 1. mai. 2020)

Tid – Hall	Måndag	Tysdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Tid	Laurdag	Sundag
16:00	A		Innebandy for tilsette			09:30		Fotball, Å/T FK
	B		Innebandy for tilsette			10:00		“
	C		Innebandy for tilsette			10:30		“
17:00	A	Fotball, Å/T FK	Tokke IL - Idrettsskulen	Fotball, Å/T FK	Fotball, Å/T FK		11:00	Fotball, Å/T FK
	B	“	“	“	“		11:30	“
	C	“	“		“		12:00	“
18:00	A	Fotball, Å/T FK	Tokke IL - Idrettsskulen	Fotball, Å/T FK	Fotball, Å/T FK		12:30	Fotball, Å/T FK
	B	“	“	“	“		13:00	“
	C	“	“		“		13:30	“
18:30	A	Fotball, Å/T FK	Tokke IL - Idrettsskulen	Fotball, Å/T FK	Fotball, Å/T FK		14:00	Fotball, Å/T FK
	B	“	“	“	“		14:30	“
	C	“	“		“		15:00	“
19:00	A	Fotball, Å/T FK	Tokke IL - Idrettsskulen	Fotball, Å/T FK	Fotball, Å/T FK		15:30	Fotball, Å/T FK
	B	“	“	“	“		16:00	“
	C	“	“		“		16:30	“
19:30	A	Fotball, Å/T FK	Tokke IL - Idrettsskulen	Fotball, Å/T FK	Fotball, Å/T FK		17:00	Fotball, Å/T FK
	B	“	“	“	“		17:30	“
	C	“	“		“		18:00	“
20:00	A	Tokke IL - Crossfit	Tokke IL - Idrettsskulen		Fotball, Å/T FK		18:30	Fotball, Å/T FK
	B	“	“		“		19:00	“
	C	“	“		“		19:30	“
20:30	A	Tokke IL - Crossfit	Tokke IL, Innebandy		Fotball, Å/T FK		20:00	Fotball, Å/T FK
	B	“	“		“		20:30	“
	C	“	“		“		21:00	“
21:00	A		Tokke IL, Innebandy		Fotball, Å/T FK		21:30	
	B		“		“		22:00	
	C		“		“			
21:30	A		Tokke IL, Innebandy		Fotball, Å/T FK			
	B		“		“			

Tokkegym & Tokkehallen sjå meir info: appen: Infoskjermen GO.; Tokkehallen: [SISV6K](#) Tokke kulturhus: [6H3TNF](#) Tokke kommunehus: [WQAWZQ](#)

Samfunn og grendehus i Tokke: [DOWS3Q](#)

Byrte grendehus: [byrte](#)

Tilsynsvakt/ vaktmeister: 99 20 25 13

Tokkehallen 2019 – 2020 (1. september – 1. mai. 2020)

II

Styrketreningsrommet					
Tid	Måndag	Tysdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
06-08					
09-10		Tokke skule (frå 08.15 -09,30)			
10-11			Fysioterapeut		
10-12	Tokke skule (frå 11.20 -12.45)			Tokke skule (frå 11.20 -12.45)	
12-14					
18-20					
20-22					

Spinningrom					
Tid	Måndag	Tysdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
18-20		Tokke IL (frå 18:00 til 20:00)			
19-20				Tokke IL (frå 19:00- 20:00)	

Elvarheim					
Tid	Måndag	Tysdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
09-11	Vask + divers		Vask + divers	Vask + divers	
11-12		Vask + divers			Vask + divers
12-13				Sirkel-trening,	
15-16:30	Kulturskulen	Kulturskulen	Kulturskulen		Tokke IL, Step (til 16:30)
16 - 17	Kulturskulen	Ungdomsklubb, frå 17-21	Kulturskulen,	Sirkel-trening	
19-20		Ungdomsklubb, frå 17-21	Tokke IL, Step	Ungdomsklubb, frå 17-19	Ungdomsklubb, frå 18-22
20-22		Ungdomsklubb, frå 17-21			Ungdomsklubb, frå 18-22

For forandringa av treningstider/ spørsmål om leige kontakt kultur- og idrettskonsulent: Hasse Samahle 350 75 224/ 47 91 88 90 hasse.samahle@tokke.kommune.no

På kveldstid kontakt tilsynsvakt/ vaktmeistar: 99 20 25 13

Ved ynskje om bruk av Tokkehallen i helger må det gjerast avtale i god tid.

Tokkegym & Tokkehallen sjå meir info: appen: Infoskjermen GO.; Tokkehallen: [SISV6K](#) Tokke kulturhus: [6H3TNF](#) Tokke kommunehus: [WQAWZQ](#)

Samfunn og grendehus i Tokke: [DOWS3Q](#)

Byrte grendehus: [byrte](#)

Tilsynsvakt/ vaktmeistar: 99 20 25 13