MANDAG

Idrettsbasseng

Bane 8	Dyrløkkeåsen skole 08.20-10.30
Bane 7	Dyrløkkeåsen skole 12.15-14.25
Bane 6	Stupetårn stengt
Bane 5	DFI Bane 3-4 kl. 17.45-20.30 Bane 4-6 kl. 19.00-20.30
Bane 4	
Bane 3	
Bane 2	
Bane 1	Bølgen Crawl 18.30-20.00

Terapibasseng

Bane 3	Bølgen Aqua-Dypvann 09.00-9.45	Bølgen Aqua-HIT 09.55-10.40	DFI 16.25-17.55
Bane 2			Bølgen Baby-/småbarnsvømming 18.00-19.15
Bane 1			Bølgen Aqua-Trim 19.30-20.15

Bølgebasseng

Aqua-HIT 08.10-08.55

TIRSDAG

Idrettsbasseng

Bane 8	
Bane 7	Stupetårn er stengt 17.00-19.30
Bane 6	
Bane 5	
Bane 4	DFI Bane 1-4 kl. 16.00-21.00 Bane 5 kl.17.00-19.30
Bane 3	
Bane 2	
Bane 1	

Terapibasseng

Bane 3	Bølgen Aqua-sirkel 08.30-09.15	Drøbak skole 09.20-10.20	DMS 13.00-14.00	DFI 16.25-19.25
Bane 2	160 cm dybde			
Bane 1				Bølgen Hydrohex 19.30-20.15

ONSDAG

Idrettsbasseng

Bane 8	Dyrløkkeåsen skole 08.15-10.20	Dyrløkkeåsen skole 12.10-13.40	Livrednings-klubben Bane 7-8: 17.15-19.15
Bane 7			
Bane 6			DFI Bane 5-6 kl.17.00-19.00 Bane 3-4 kl. 17.00-20.00
Bane 5			
Bane 4			
Bane 3			
Bane 2		DMU 13.30-14.30	
Bane 1			

Terapibasseng

Bane 3	Heer Skole/Dal skole 09.00-10.15	Bølgen Baby-/småbarnsvømming 10.30-12.30	Bølgen Aqua-Hit 12.45-13.30	Bølgen Baby-/småbarnsvømming 17.00-19.15
Bane 2				
Bane 1				Bølgen Aqua-Dypvann 19.20-20.05

Vannsklia

TORSDAG

Idrettsbasseng

Bane 8	
Bane 7	
Bane 6	
Bane 5	
Bane 4	DFI Bane 1-4: 16.30-20.15
Bane 3	
Bane 2	
Bane 1	

Terapibasseng

Bane 3	Sogsti skole 12.00-14.00	Bølgen Aqua-trim 15.30-16.15	DFI 16.25-16.55	Bølgen Baby-/småbarnsvømming 17.00-19.15
Bane 2	160 cm dybde			
Bane 1				

Bølgebasseng

DFI 17.00-17.30

FREDAG

Idrettsbasseng

Bane 8		
Bane 7		
Bane 6	DFI 08.00-10.00	
Bane 5		
Bane 4		
Bane 3		
Bane 2	Sogsti SFO 14.00-15.00	DFI 16.00-18.00
Bane 1		

Terapibasseng

Bane 3	Bølgen Aqua-Sterk 09.00-09.45	Komm.barn/Regnbuen 12.00-13.30	Bølgen Aqua-Pilates 17.00-17.45
Bane 2	Bølgen Aqua-Hit 09.55-10.40		
Bane 1			

LØRDAG og SØNDAG: Hvis annet ikke er oppgitt, er det ingen reservasjoner/organiserte aktivieter i bassengene disse dagene

Versjon 14. september 2026
Endringer kan forekomme.
Planen oppdateres fortløpende, og vi tar forbehold om feil og mangler