

Schema för fysträningen under våren 2018 med start vecka 19 7/5 – 14/6

Måndagar och tisdagar i spegelsalen/ute medtag kläder både för inne/ute träning.

Måndag	16.30-17.45	grupp 5
7/5, 14/5, 21/5	17.45-19.00	grupp 6
28/5, 4/6, 11/6		

Tisdag	16.15-17.30	grupp 1, 2
8/5, 15/5, 22/5	17.30-18.45	grupp 3, 4
5/6, 12/6		

Onsdagar och torsdagar i friidrottshallen

Onsdag	17.00-18.00	grupp 6, 7
9/5, 16/5, 23/5	17.45-19.00	grupp 1, 2, 3, 4
30/5, 13/6		

Torsdag	16.00-17.15	grupp 1, 2
17/5, 24/5, 31/5	17.00-18.00	grupp 3, 4, 5
7/6, 14/6		

Tänk på att det fortfarande är kyligt ute, ta med varma kläder.