

Träningschema vecka 35-37 (27/8-16/9)

	B-hallen	A-hallen
Måndag	08.00-09.30 NIU	
	15.30-16.30 4 + Tone, Olivia, Tove, Ida	
	16.15-17.15 2 + Roclynn, Nellie W, Jenny L, Maja P, Felicia A Spolning Nellie M	
	17.30-18.30 1	
	18.30-19.30 5 (ej Emilia, Rebecca R, Hilma) + Zoe, Freddie, Ella M, Felicia F, Ebba, Rebecca J, Elin J	
Tisdag	08.00-09.30 PS från den 4/9	
	10.10-11.30 NIU	
	15.30-16.30 4:4	
	16.15-17.15 2 + Nellie M, Nellie W, Olivia, Jenny, Merle Spolning	
	17.30-18.30 1	
	18.30-19.30 3 + Emilia K, Rebecca R, Hilma	
Onsdag 29/8	15.30-16.30 3	16.15-17.15 4 + 6
	16.45-18.15 Programträning – tränarna kallar	
	17.30-18.15 7 Spolning	
	18.30-19.20 5+ Maja P, Felicia A	
	19.10-20.00 2 + Merle, Roclynn Spolning	
	20.15-21.15 1	
Onsdag Från den 5/9	15.30-16.30 3	16.15-17.15 4 + 6
	16.45-18.15 Skridskoskola	
	17.30-18.15 7 Spolning	
	18.30-19.20 5 + Maja P, Felicia A	
	19.10-20.00 2 + Merle, Roclynn Spolning	
	20.15-21.15 1	
Torsdag	10.10-11.30 NIU	
	16.00-17.00 Jojjo, Julia, Iris, Emelie, Isabelle, Merle, Lina	16.00-17.00 4
	17.00-18.00 2 + Malin G, Ella, Nicole, Maia	

Fredag 08.00-09.30 PS från den 7/9

15.15-16.15 Roclynn, Emelie, Lina, Elin J, Edit, Alexandra Ö,
Jenny L

16.00-17.00 Isabelle, Nicole, Iris, Johanna, Ella, Julia, Merle,
Maia, Malin G, Saga

17.00-18.00 6 + 3:5 ggr, 4:5 ggr, Siri G

Lördag 08.00-09.00 5:4 + vuxengrupp
09.00-10.00 6, 7

Söndag 08.00-09.00 5
08.45-09.45 3
Spolning
10.00-11.00 2 +Jenny L, Nellie, Nellie
10.45-11.45 1

Fysträning vecka 35-37

Måndag 16.45-17.15 grupp 4
17.30-18.15 grupp 5
18.40-19.30 grupp 1

Tisdag 17.25-18.15 grupp 2 + Emilia, Rebecca R, Hilma, Merle, Nellie, Nellie, Jenny
18.40-19.39 grupp 1

Onsdag 17.25-18.15 grupp 4
18.15-18.45 grupp 2

Torsdag

Söndag 10.00-11.00 grupp 3