

Träningstider v. 27-28 grupp A-B

OBS! Tiderna nedan är bassängtider. Man är på plats 30min innan utsatt tid, ombytt och klar för uppvärmning.

v. 27		A-B
Mån	3/7	16:00-18:00 Sundahallen
Tis	4/7	09:00-10:30 & 17:00-19:00 Sundahallen
Ons	5/7	09:00-10:30 & 17:00-19:00 Sundahallen
Tors	6/7	09:00-10:30 & 17:00-19:00 Sundahallen
Fred	7/7	Trollhättans ute 50:a, tid meddelas senare
Lör	8/7	Trollhättans ute 50:a, tid meddelas senare
Sön	9/7	Trollhättans ute 50:a, tid meddelas senare

v. 28		A-B
Mån	10/7	16:00-18:00 Sundahallen
Tis	11/7	09:00-10:30 Sundahallen
Ons	12/7	Avresa Sum-Sim
Tors	13/7	Sum-Sim i Malmö
Fred	14/7	Sum-Sim i Malmö
Lör	15/7	Sum-Sim i Malmö
Sön	16/7	Sum-Sim i Malmö

I Trollhättan byter man om inne, och går ut till bassängområdet. Där behövs en 10:a till skåpen. Se till ha med varma kläder även om det är sol och 20 grader, man är ändå kall när man går upp ur bassängen. Man skall ha skor med sig till varje pass i Trollhättan då vi kommer springa en del på gräsmattan.

Vecka 29, 30, 31 Sommaruppehåll

Info om tider och läger v. 32, 33 kommer inom kort

Vecka 34 kör vi igång med vanliga träningstider igen