

Planering träning Jul & Nyår

Datum	Dag	Träningstid (aktivitet)	Typ av period
11/12	mån		Varierad träningsperiod
12/12	tis	17.30-19.00	
13/12	ons	19.30-21.00	
14/12	tor	19.15-21.00	
15/12	fre		
16/12	lör	9.00-11.00 (Inför klubbmästerskapen)	
17/12	sön	15.00-ca 19.00 Klubbmästerskap med Lucia	
18/12	mån	19.15-20.45	
19/12	tis	17.30-19.00	
20/12	ons	19.30-21.00	
21/12	tor		Jullov!
22/12	fre		
23/12	lör		
24/12	sön	Julafton	
25/12	mån	Juldagen	
26/12	tis	Annandag Jul	
27/12	ons	9.00-11.00	
28/12	tor	8.30-10.30 17.30-19.00	Varierad träningsperiod
29/12	fre	16.30-18.00	
30/12	lör	9.00-12.00	
31/12	sön	Nyårsafton	
1/1	mån	Nyårsdagen	Progressiv period
2/1	tis	9.00-11.00 17.30-19.00	
3/1	ons	9.00-11.00 19.30-21.00	
4/1	tor	9.00-11.00 Uppstartsmöte 18.00	
5/1	fre	på Barbacka.	
6/1	lör	8.00-10.00	
7/1	sön		
8/1	mån	10.00-12.00	



