

Träningsstider 17/8- 23/8							
	Elitgruppen	A-gruppen	B-gruppen	C-gruppen	Mörten	Pirayan	
Mån 17/8	16:00-18:30	16:00-18:30	18:00-19:30 land Kalmarsundsparken	18:00-19:30 land Kalmarsundsparken			
Tis 18/8	16:00-18:15	16:00-18:15			18:00-19:30	18:00-19:30	
Ons 19/8			18:15-20:00	18:15-20:00	17:00-18:30	17:00-18:30	
Tors 20/8	06:30-07:30 Gym. 16:00-18:15	06:30-07:30 Gym. 16:00-18:15	18:00-20:00	18:00-20:00			
Fre 21/8	15:45-18:00	15:45-18:00	17:00-19:00	17:00-19:00			
Lör 22/8	07:45-10:00	07:45-10:00			09:00-10:30	09:00-10:30	
Sön 23/8							
Gym ytterligare en gång på valfri tid gäller för er som brukar köra gym 2 ggr/vecka							