

Översiktsschema träningsgrupperna

	Grupp	Tid
Måndag	Junior/Senior - Träning	18:40-20:45
	Ungdom - Träning	18:40-20:45
Onsdag	Junior/Senior - Träning	06:15-08:00*
	Simiaden - Träning	19:10-20:00**
	Junior/Senior - Träning	18:40-20:45
Torsdag	Simiaden- Träning	18:40-20:15
	Ungdom - Träning	18:40-20:45
Söndag	Simiaden - Träning	15:40-17:20
	Ungdom - Träning	17:40-19:30
	Junior/Senior - Träning	17:40-19:30

*Himmlabadet

**B-Hallen, landträning komplement om man är med på två simpass per vecka
Träning börjar på utsatt tid, uppvärmning de första 20 minutrarna alla träningar