



Bassängschema hösten 2016

DAG	Träningsid	Bassängtid	Grupp	Banor
Måndag	06.15-07.00	06.15-07.00	Triathlon	7
	17.00-18.00	17.00-18.00	C,D	2
	17:45-19.30	18.00-19.30	A	2
Tisdag	16.30-18.00	16.30-18.00	Triathlon	1
Onsdag	16.45-18.00	17.00-18.00	C,D	2
	17.30-20.00	18.00-20.00	A	2
	19.30-20.00	19.30-20.00	Triathlon	2
	20.00-21.00	20.00-21.00	Triathlon	4
Torsdag	16.30-17.15	16.30-17.15	Extra Teknik	2
	17.00-18.00	17.15-18.00	Teknik 1	2
	17.30-20.00	18.00-20.00	A	2
	20.00-21.00	20.00-21.00	Triathlon	2
Fredag	06.15-07.00	06.15-07.00	Triathlon	7
	18.30-19.30	18.30-19.30	Triathlon	2
Lördag	09.30-11.30	09.30-11.30	A	2
	11.15-12.15	11.30-12.30	Teknik 1	2
	13.30-15.00	13.30-15.00	Crawl Kurs	2
Söndag	14.00-15.00	14.00-15.00	Teknik 2	2
	15.00-16.00	15.00-16.00	Teknik 3	2
	15.30-18.00	16.00-18.00	A	2
	16.00-17.45	16.15-17.45	CD	2
	17.00-17.45	17.00-17.45	Teknik 4	2
	18.00-19.30	18.00-19.30	Triathlon	5