Hej!  
Här får ni träningsprogram för vinter 2016.  
Det blir som ett dokument till att börja med innan det blir en sida.  
  
Essinge IK.s seniortrupps träningsschema vintern 2016.  
  
  
Lör 9/1 14.00-15.30 Hagsätrahallen  
Ons 13/1 19.00 FYS\*  
**Lör 16/1 16.00-18.00 Open futsal Thorildshallen**  
Ons 20/1 19.00 FYS\*  
Lör 23/1 14.00-15.30 Hagsätrahallen  
Ons 27/1 19.00 FYS\*  
Lör 30/1 14.00-15.30 Hagsätrahallen  
Ons 3/2 19.00 FYS\*  
Lör 6/2 14.00-15.30 Hagsätrahallen  
Ons10/2 19.00 FYS\*  
Lör 13/2 14.00-15.30 Hagsätrahallen  
**Sön 14/2 kl 17.00 Bortamatch mot Danderyd**  
Ons 17/2 19.00 FYS\*  
**Lör 20/2 16.00-18.00 Open Futsal Thorildshallen**  
Ons 24/2 FYS\*  
Lör 27/2 14.00-15.30 Hagsätrahallen  
Mån 29/2 20.30-22.00 Essinge IP  
Ons 1/3 20.30-22.00 Essinge IP  
Lör 4/3 14.00-15.30 Hagsätrahallen  
**Sön 5/3 12.00-14.00 Träningsmatch Essinge IP**  
Mån 6/3 20.30-22.00 Essinge IP  
Ons 7/3 20.30-22.00 Essinge IP  
**Sön 12/3 12.00-14.00 Träningsmatch Essinge IP**  
Mån 13/3 20.30-22.00 Essinge IP  
Ons 15/3 20.30-22.00 Essinge IP  
**Sön 19/3 12.00-14.00 Träningsmatch Essinge IP**  
Mån 20/3 20.30-22.00 Essinge IP  
Ons 21/3 20.30-22.00 Essinge IP  
**Sön 24/3 12.00-14.00 Träningsmatch Essinge IP**  
  
\*Tiden kan ändras