

## Hagunda IF Friidrott PF03-äldre – Vårens träningar:

### v. 16

Tisdag 15/4 Extra löpträning vid elljusspåret kl.18.  
Ingen vanlig träning på påsklovet

### v.17

Tisdag 22/4 Terrängserien vid elljusspåret kl.18  
Onsdag 23/4 18:40 värmer vi uppe ute, 19-20 sista inomhusträningen.

### v.18

Tisdag 29/4 Terrängserien vid elljusspåret kl.18  
Ingen vanlig träning på Valborg/sista april.

### v.19

Tisdag 6/5 Terrängserien vid elljusspåret kl.18  
Onsdag 7/5 Utomhus vid grusplanen, **OBS! nya tider kl. 18-19.30.**

### v.20-21

Onsdag 14/5 Utomhus vid grusplanen, kl 18-19.30.  
Onsdag 21/5 Utomhus vid grusplanen, kl 18-19.30.  
Söndag 25/5 Extra löpträning vid elljusspåret kl.17 (inför Ottarsloppet)

### v.22

Onsdag 28/5 Utomhus vid grusplanen, kl 18-19.30 (skollov)  
**Torsdag 29/5 Ottarsloppet i Vendel**  
*Kul om många av våra aktiva vill vara med och tävla och samla poäng till klubben!*

### v.23

**Onsdag 4/6 KM och Terminsavslutning,**  
*Här hoppas vi på mycket publik och kan även behöva hjälp av föräldrar med vissa funktionärssysslor! (Inbjudan kommer, troligen kl.17-20)*

### v.24

Onsdag 11/6 Extra träning för de som vill, kl 18-19.30 vid grusplanen.  
*Fokus på de grenar barnen ska tävla i på Örbyhusspelen.*

**Söndag 15/6 ÖRBYHUSSPELEN!**

