

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag		
16:00		F-13/14 16:00 - 17:30 bygga sarg	16:00-16:45 utgår		F-11/12 16:30 - 17:30		P-14/15 16:30 17:45	P-16/17 16:30 17:45	16:00
10			F-09/10 16:45 - 18:00 bygga sarg						P-12/13 17:30 - 18:30
20		F-11/12 17:30 - 18:30			P-12/13 18:00 - 19:00		P-11 18:45 - 20:00	20	
30			F-09/10 18:30 - 19:30					P-09/10 19:00 - 20:00	P-09/10 19:30 - 20:30 bygga sarg
40		U-lag 19:30- 20:30			P-09/10 20:00 - 21:00		A-lag 20:30-22:00 riva sarg		
50	Damslag halvhall bygga sarg		A-lag 20:30 - 22:00 riva sarg	U-lag 21:00 - 22:00 riva sarg		50			
17:00		Damslag 1 60 Frösan			Damslag 1 60 Gimo	17:00			
10			P-16/17 1 60	P-14/15 1 60		10			
20		P-12/13 1 120			P-11 1 135	20			
30			P-09/10 1 120	U-lag 1 120		30			
40	A-lag 1 180				40				
50					50				
18:00									18:00
10									10
20									20
30									30
40									40
50									50
19:00									19:00
10									10
20									20
30									30
40									40
50									50
20:00									20:00
10									10
20									20
30									30
40									40
50									50
21:00									21:00
10									10
20									20
30									30
40									40
50									50
22:00									22:00

	Antal	
	träningar	Minuter
F-15/16	1	60
F-13/14	2	150
F-11/12	2	120
F-09/10	2	135
Damslag	1	60 Frösan
Damslag	1	60 Gimo
P-16/17	1	60
P-14/15	1	60
P-12/13	1	120
P-11	1	135
P-09/10	1	120
U-lag	1	120
A-lag	1	180

19:30-21:00