

# IFK VÄSTERÅS DAMLAG SÄSONGEN 2013

## JANUARI & FEBRUARI

Vecka	Datum & veckodag	Aktivitet
2	Tisdag 8 januari kl. 18.25-20.00	Träning Apalbyskolan
2	Torsdag 10 januari kl. 19.30-21.00	Träning Wenströmska IP konstgräs
2	Lördag 12 januari kl. 13.00-14.30	Träning Nybyggeskolan
3	Tisdag 15 januari kl. 18.25-20.00	Träning Apalbyskolan
3	Torsdag 17 januari kl. 19.30-21.00	Träning Wenströmska IP konstgräs
3	Lördag 19 januari kl. 13.00-14.30	Träning Nybyggeskolan
4	Tisdag 22 januari kl. 18.25-20.00	Träning Apalbyskolan
4	Torsdag 24 januari kl. 19.30-21.00	Träning Wenströmska IP konstgräs
4	Lördag 26 januari kl. 13.00-14.30	Träning Nybyggeskolan
5	Tisdag 29 januari kl. 18.25-20.00	Träning Apalbyskolan
5	Torsdag 31 januari kl. 19.30-21.00	Träning Wenströmska IP konstgräs
5	Lördag 2 februari kl. 13.00-14.30	Träning Nybyggeskolan
6	Tisdag 5 februari kl. 18.25-20.00	Träning Apalbyskolan
6	Torsdag 7 februari kl. 19.30-21.00	Träning Wenströmska IP konstgräs
6	Lördag 9 februari kl. 13.00-14.30	Träning Nybyggeskolan
7	Tisdag 12 februari kl. 18.25-20.00	Träning Apalbyskolan
7	Torsdag 14 februari kl. 19.30-21.00	Träning Wenströmska IP konstgräs
7	Lördag 16 februari kl. 13.00-14.30	Träning Nybyggeskolan
8	Tisdag 19 februari kl. 18.25-20.00	Träning Apalbyskolan
8	Torsdag 21 februari kl. 19.30-21.00	Träning Wenströmska IP konstgräs
8	Lördag 23 februari kl. 13.00-14.30	Träning Nybyggeskolan
9	Tisdag 26 februari kl. 18.25-20.00	Träning Apalbyskolan
9	Torsdag 28 februari kl. 19.30-21.00	Träning Wenströmska IP konstgräs
9	Lördag 2 mars kl. 13.00-14.30	Träning Nybyggeskolan

### Kontaktuppgifter

Jimmie Johansson 070-547 13 95 (mobil), 021-13 58 37 (hem)

Skicka **sms** med förklaring/anledning vid träningsåterbud, senast två timmar före.

**Ring** i god tid innan avresa/samling (senast dagen innan) vid återbud inför match!

### Material och kläder

Apalby: Löparskor + kläder för utomhus, inneskor + kläder för inomhus

Wenströmska: Fotbollsskor + kläder för konstgräs utomhus

Nybygge: Inneskor + kläder för inomhus

**Benskydd tar du med dig till ALLA träningar!**

**OBS:** Ombytt och klar senast 10min innan träningens början!