

## Träningschema för flickor i F06/08 att träna med damerna.

Vid ev frånvaro på damträning informera A-lagstränaren Leif Fjägersås: 070-647 61 83.

Håll er uppdaterade på laget.se <https://www.laget.se/SATERSIFDAMER> om det är någon förändring i träningstiderna för den vecka ni tränar med damerna. Frågor kring Dam-träningarna kontakta Leif direkt.

Upplägget är att den vecka ni blir tilldelad att träna med damerna kör ni hela veckan med dem, ni får avstå F06/08 träningar denna vecka om ni vill. Ni ska sträva efter balans i vardagen, skola går före träningar.

Då vi fått spelare med covid-19 i laget så drar vi igång träningarna med Damerna v. 16, måndag 19/4. Schemat sträcker sig till och med v. 24 denna gång vi får förlänga det ju närmare sommaren vi kommer.

Följande träningstider har damerna nu, alla träningar är på A-plan om inget annat uppges på deras laget-sida:

**Måndag: 19.00 - 20.30**

**Onsdag: 17:30- 19.00**

**Torsdag: 17:30-19:00**

**Grupp 1:** Sofia, Tova & Maja K **Grupp 2:** Amelia & Julia H **Grupp 3:** Alva, Desireé och Tindra

**v. 16      Grupp 1**

**v. 17      Grupp 2**

**v. 18      Grupp 3**

**v. 19      Grupp 1**

**v. 20      Grupp 2**

**v. 21      Grupp 3**

**v. 22      Grupp 1**

**v. 23      Grupp 2**

**v. 24      Grupp 3**