

## Träningschema för flickor i F06/08 att träna med damerna hösten 2021.

Vid ev frånvaro på damträning informera A-lagstränaren Leif Fjägerås: 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 som tidigare att den vecka ni tränar med damerna har ni möjlighet att stå över F0608 träningarna. Då det är träning varannan vecka under hösten så får man säga till om man vill "stå över" en vecka eller enskilda träningar. Ni ska sträva efter balans i vardagen, skola går före träningar.

Följande träningstider har damerna nu under hösten, alla träningar är på A-plan om inget annat uppges på deras laget-sida: **Vissa träningsdagar kan vara flyttade eller borttagna pga av match.**

**Måndag: 17.30 - 19.00**

**Onsdag: 18.45 - 20.30**

**Torsdag: 18.45 - 20.30**

**Grupp 1:** Tova, Maja K, Desireé & Amelia **Grupp 2:** Julia, Nelly, Emma

**v. 31 Grupp 1**

**v. 32 Grupp 2**

**v. 33 Grupp 1**

**v. 34 Grupp 2**

**v. 35 Grupp 1**

**v. 36 Grupp 2**

**v. 37 Grupp 1**

**v. 38 Grupp 2**

**v. 39 Grupp 1**