

Träningsstider 2012-2013				
Molkoms sporthall				Nyeds skola
Måndag				Måndag
15.30-17.00				
17.00-18.00				
18.00-19.00	P01-02			
19.00-20.00	F99-02			
20.00-21.00	Herr			
21.00-22.30	Dam			21.00-22.00
				Herr
Tisdag				Tisdag
15.30-17.00				
17.00-18.00	F03-04			
18.00-19.00	P03			18.00-19.00?
19.00-20.00	P99-00			
20.00-21.00	P96-98			20.30-22.00
Onsdag				Onsdag
15.30-17.00				
17.00-18.00	P01-02			17.00-18.00
18.00-19.00	F99-02			F05-06
19.00-20.00	F96-98			
20.00-21.00	Dam			20.00-21.00
21.00-22.30	Herr			Herr
				21.00-22.00
Torsdag				Torsdag
15.30-17.00				
17.00-18.00	P03			
18.00-19.00	P96-98			18.30-19.30 aug-nov
				F03-04
Fredag				Fredag
15.30-17.00	F96-98			17.00-18.00
17.00-18.30	P99-00			18.00-19.00
				Mixmotion
				19.00-20.00
Söndag				
13.00-14.00 aug-dec				
14.00-15.30				
15.30-16.30	P98-00			
16.30-17.30	P04-05			
17.30-19.00	Herrmotion			

Träningsstart vecka

Herr	32	Dam	32
P97-98	33	F97-98	32
P99-00	36	F99-02	34
P01-02	38	F03-04	38
P03	39	F05-06	34
P04-05	38	Herrmotion	34
P06-07	?	Mixmotion	38

