

VECKOPROGRAM LÄNGD v.42

Mängdvecka

Älgjakt denna vecka



Tid	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
			Åk 1-2		
			06.45	Styrka	
	Åk 1	Åk 3-4	Åk 3-4	Åk 1-2	Åk 1-2
08.15	Studiedag	08.00	09.00	08.00	08.00
		Samling tunneln A3+ SK sprint med Åre skidgymn. <i>se separat schema</i>	Ingen samling direkt till tunneln A1 SK	A3 SK Tröskelintervaller	MAQ A1 L se schema
	L	U	N	C	H
			Åk 1-2	Åk 3-4	
			12.50	12.50	
			Samling RIG/NIU A1 SF	A3 SF Tröskelintervaller	
	Åk 1-4		Åk 3-4		
18.00	A3 SG skidgång Uppvärmda och klara Samling vid valberget		16.00		
			Styrka		
				Utbildning Bosön Borta tisd-fred David Leif Mattias	Prao under veckan Andreas Albinsson Adrian Lundberg Alfred Nilsson Ella Halvarsson

|