VECKOPROGRAM LÄNGD v. 21

Stjerneskolan
TORSBY IDROTTSGYMNASIUM

Tid	Måndag		Tisdag		Onsdag		Torsdag		Fredag
			Åk 3-4	**6.45**	Morgonstyrka		**Åk 1-2**		**Åk 1-2**
		8.00	A1 RK dök		**Åk 3-4**	**8.00**	Teori Idrott och hälsa A1 RK dök	**8.00**	A1 MTB/L Gräsberget
				8.00	A1 MTB/L Gräsberget				
		11.00	Teori Åk 3						Föräldraträff
	L		U		N		C		H
					Åk 1-2		**Åk 3-4**		
				12.45	Hovfjällsrace A3+ RK	**12.45**	Hovfjällsrace A3+ RK		
				13.00	Avresa Åk 4 avslutningsaktivitet				
16.00	**Åk 3** Möte inför VSF på lördag								
	Åk 1-4								
18.00	Löpskolning MAQ		**Åk 3-4**						
		16.30	Styrka Idrottshallen med Maria Gerke						

Lördag
Åk 3-4
Värmlandsskidförbund i tunneln