

VECKOPROGRAM LÄNGD v.39

Lättvecka



Tid	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
			Friluftsdag		
	Åk 1	Åk 3-4	Åk 1-4	Åk 1-2	Åk 1-2
08.15	Teori åk1 RIG- sal 509 åk2 RIG- sal 360 åk 3-4 - sal 355 åk1-2 NIU- sal 362	08.30 Samling vid NIU A1 SK teknik	08.00 Åk 1-2, vallning inför Skidor K 09.00 Åk 3-4 vid tunneln Skidor F	08.00 A3 RF Tosseberg	08.00 A1 RK stakning MAQ se schema
	L	U	N	C	H
			Åk 1-4	Åk 3-4	
			14.00 Styrketräning i idrottshallen	12.45 A3 RF Tosseberg	
	Åk 1-4				
18.00	A3 SG i myr Samling vid slalom- backen, uppvärmda				

|