

VECKOPROGRAM LÄNGD v.7



Tid	Måndag		Tisdag		Onsdag		Torsdag		Fredag
			Åk 3-4		Åk 1-4		Åk 1-2		ÅK 1-2
		8.00	A1 SF SS ben	9.00	A1 SK Återhämtnings- träning	8.00	Vila		Åka banor inför tävling i Borås
	L		U		N		C		H
				12.45	Åk 1-2 Åk 1 Teori Åk 2 Teori Åk 3 Teori Åk 4 Teori	12.45	Åk 3-4 Vila		
16.00	Åk 1-2 Samling RIG i 401 NIU på NIU	18.00	Åk 1-2 A1 SF SS Ben/Ök Åk 3-4 A1 SF SS ÖK						

|