

VECKOPROGRAM LÄNGD 35



Tid	Måndag		Tisdag		Onsdag		Torsdag		Fredag
	Åk 1-4 Teori		Åk 3-4		Åk 3-4		Åk 1-2		Åk 1-2
8.15	Åk 1 Sal NIU John Åk 2 Sal 357 Råland Åk 3 Sal 307 Emil Åk 4 Sal 503 Annika	08.00	A1L Gräsberget <i>Linda, John, Råland</i>	08.00	Egen styrka <i>Tränarna med Anneli Östberg</i>	08.00	Hovfjällsrace <i>Linda, John Mattias, Annika</i>	8.00	Styrka/MAQ A1-test + A1 L <i>Annika, John</i> Kom ihåg pulsklocka!
	L				N		C		H
		12.45	Åk 1-4 Föreläsning Anneli Östberg 13-16			13.30	Hovfjällsrace <i>Linda, John Mattias</i>		
					Åk 4				
17.30	Åk 1-4 A1 MTB <i>John</i>			16.15	Teori kost på NIU				