

## Program Skidskytte vecka 17

Tid	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
07.00				Åk 3-4 06.30 Morgonstyrka Skidgym. Mats leder.	
	F R	U	K	O	S T
08.15 – 11.35	Nya elever här som startar till hösten.	Åk 3-4 08.15 Ind samtal enl. sep lista. Övriga egen träning. As+L	Åk 3 08.30 Åk 4 10.00 Björnevi Löpskolning Lars-Erik Nilsson	Åk 1-2 08.30 Lättgymmet Torrskytte + löpning	
	L	U	N	C	H
12.40 – 16.00	Åk 1-2 12.45 Egen styrka Åk 1 Cykel Åk 2 kl 13.50- 16.00 Idrott och hälsa, gymnastikhallen		Åk 1-2 12.45 Åk 2 Cykel+ Löpskolning Åk 1 12.45 Löpskolning+ kl 13.50-16.00 Idrott och hälsa, gymnastikhallen	Åk 3-4 12.45 Sal 505 Teori Skytte+ Cykel	
	M I	D	D	A	G
18.00 – 20.00					

Lördag	Söndag
Träning enl. pers. program	Träning enl. pers. program

Linn/Ronnie/Leif