2013		4 veckors planering			Torsby Skidskyttegymnasium			
	Vecka: 46		**Vecka: 47**		**Vecka: 48**		**Vecka: 49**	
Måndag					Läger Idre			
Tisdag								
	Åk 3-4		Åk 3-4	"Klassråd"			Åk 3-4 A3 SF Komb	
	Åk 1-2 Spänstkomb		Åk 1-2 Skidgångskomb				Åk 1-2 Spänstkomb	
Onsdag	Åk 3-4		Resurs				Åk 3-4 A1 Lång	
			Åk 1&4	A1 SF Komb				
	Åk 1-2 A 1 RK						Åk 1-2 A 3 SF komb	
Torsdag	Åk 3-4		Åk 2-3	"Plattformen"			Åk 3-4 Morgonstyrka	
	Åk 1-2 A2 SS tunnel komb						Åk 1-2 A 1 SK	
	Åk 3-4						Åk 3-4 A1 SF m impuls Komb	
	Åk 1-2 Styrketräning						Åk 1-2 Styrketräning	
Fredag	Åk 1-2 A3 intervall Löp		Åk 1-4	Modellträning				
							Åk 1-2 A 1 SF m impuls komb	
Lördag	Öppningstävling Östersund							
	Öppet hus							
Söndag	Öppningstävling Östersund							
			Avresa Idre läger					