

Träningsider utomhus 2024

Tid	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fre	Lördag	Söndag
17:00							
17:15							
17:30							
17:45	2017 17:30-18:30						
18:00							
18:15		Kast 17:30-19:00					
18:30			2018 17:45-18:45	Kast 17:30-19:00		2014 17:45-19:15	2015 17:45-19:00
18:45							
19:00	2013 18:30-20:00		2016 18:15-19:30				
19:15	Löpning 18:30-20:00			Allmängrupp & Sprint 18:30-20:00			
19:30	Allmängrupp 18:30-20:00			2013 18:30-20:00			
19:45							
20:00							
20:15							
20:30							