

## Tränings­tider för 13-14 år

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
<b>Träningsgrupp</b>	18.30-20.00			19.00-20.30			
<b>Tävlingsgrupp</b>							
<b>Sprint</b>	18.30-20.00		18.30-20.00	18.30-20.00			Ev. 11-12.30
<b>Hopp</b>							
- Stav				17.00-19.30			12.00-13.30
- Höjd	19.00-20.30		19.00-20.30				
- Längd	18.30-20.00			18.30-20.00			
<b>Medeldistans</b>	18.00-19.15	18.00-19.15	18.00-19.15	18.00-19.15			
<b>Kast</b>		18.00-19.30		18.00-19.30			

**Tillgängliga tider\*** 15.00-20.30 15.00-20.30 19.00-20.30 19.00-20.30 15.00-19.00 11.00-13.00 11.00-13.00

\* = Dessa tider kan aktiva komma in och träna på egen hand i hallen utan tränare. Hallens regler ska alltid följas!