

TRÄNING 180330 - 180408				
Långfredag	30-mar	0800-1000	Elit A	Simning
Påskafton	31-mar	0730-0830	Masters	Simning
		0800-1000	Elit A	Simning
		1545-1700	Kona	Simning
Påskdagen	1-apr	0800-1000	B C	Simning
		1630-1800	Mörten Pirayan	Simning
Annandag påsk	2-apr	0815-1015	Elit A	Simning+Landträning
Tisdag	03-apr	0815-1000	Swim Open-simmare	Simning
		0800-0930	Övriga i Elit A	Styrka
		1740-1900	Mörten	Landträning+Simning
		1830-2000	Pirayan	Landträning+Simning
Onsdag	04-apr	0745-1000	Elit A	Simning
		1600-1800	B	Simning
		1645-1810	Hawaii	Simning
		1745-1930	C	Simning
		1800-1910	Alabama	Simning
		1810-1930	Kona	Simning
Torsdag	05-apr	1545-1830	Elit A	Simning+Landträning
		1745-1930	C	Simning+Landträning
		1800-2000	B	Simning+Landträning
		1845-2000	Hajen	Simning
		2000-2100	Masters	Simning
Fredag	06-apr	0745-1000	Elit A	Simning
		1615-1730	Kona	Simning
Lördag-Söndag	7-8-apr	Alla grupper tränar som vanligt		