

TRÄNINGSTIDER 29/10 - 5/11				
Sö	29-okt	08.00-10.00	B C	Simning
		17.30-19.15	Pirayan	Simning
Må	30-okt	08.15-10.00	Elit	Simning
		09.00-10.30	A	Styrka
		15.45-17.30	B C	Simning
Ti	31-okt	07.45-10.00	B C	Simning+Landträning
		15.30-18.00	Elit A	Landträning+Simning
		17.45-19.00	Mörten	Simning
		18.30-20.00	Pirayan	Simning
On	01-nov	07.45-10.00	Elit A	Simning
		15.45-17.30	Elit A	Simning
		16.45-18.00	Tri: Kalifornien	Simning
		16.45-18.10	Tri: Hawaii	Simning
		18.00-19.10	Tri: Alabama	Simning
		18.10-19.30	Tri: Kona	Simning
To	02-nov	08.00-09.30	Elit	Styrka
		15.45-18.00	Elit A	Simning
		17.45-20.00	B C	Simning+Landträning
		20.00-21.00	Masters	Simning
Fr	03-nov	07.45-10.00	Elit+A	Simning
Lö	04-nov	07.30-08.30	Masters	Simning
		15.45-17.00	Tri: Kona	Simning
Sö	05-nov	08.00-??	B C	Simning+Bowling
Simlinjegrupperna simmar som vanligt lördag + söndag 4+5 november				