

Tränings­tider vecka 32, 2024				
		A-gruppen	B-gruppen	C-gruppen
	Onsdag 7/8	15:45-17:30	15:45-17:30	17:15-18:30
	Fredag 9/8	15:45-17:30	17:15-19:00	17:15-19:00
	Lördag 10/8	08:15-10:00	08:15-10:00	08:15-10:00
	Ingen träning vecka 33, dels för att simhallen är stängd, dels för att de flesta jobbar med Ironman hela veckan			