

Träningstider simklubben Sydsim

Påsklov 2022



Grupp	Dag	Träningstid	Uppvärmning	Simning	Landträning
Sim 1 Blå	Måndag	16:00-17:45	16:00-16:15	16:15-17:45	---
	Onsdag	16:00-17:15	16:00-16:15	16:15-17:15	---

Grupp	Dag	Träningstid	Uppvärmning	Simning	Landträning
Sim 1 Gul	Tisdag	16:00-17:45	16:00-16:15	16:15-17:45	---
	Onsdag	16:00-17:15	16:00-16:15	16:15-17:15	---

Grupp	Dag	Träningstid	Uppvärmning	Simning	Landträning
Sim 2	Måndag	16:00-17:45	16:00-16:15	16:15-17:45	---
	Onsdag	16:30-18:45	16:30-16:45	17:15-18:45	16:45-17:15
	Torsdag	16:00-17:45	16:00-16:15	16:15-17:45	---

Grupp	Dag	Träningstid	Uppvärmning	Simning	Landträning
Sim 3	Måndag	16:00-17:45	16:00-16:15	16:15-17:45	---
	Tisdag	16:00-18:15	16:00-16:15	16:15-17:45	17:45-18:15
	Onsdag	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15
	Torsdag	16:00-18:15	16:00-16:15	16:15-17:45	17:45-18:15
	Fredag	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15
	Måndag	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15

Grupp	Dag	Träningstid	Uppvärmning	Simning	Landträning
UNG	Måndag FM	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15
	Måndag EM	17:30-19:45	17:30-17:45	17:45-19:15	19:15-19:45
	Tisdag FM	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15
	Tisdag EM	17:00-19:45	17:00-17:15	17:45-19:45	17:15-17:45
	Onsdag	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15
	Torsdag	17:00-19:15	17:00-17:15	17:45-19:15	17:15-17:45
	Fredag	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15
	Måndag	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15

Grupp	Dag	Träningstid	Uppvärmning	Simning	Landträning
MG	Måndag FM	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15
	Måndag FM	17:30-19:15	17:30-17:45	17:45-19:15	19:15-19:45
	Tisdag FM	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15
	Tisdag EM	17:00-19:45	17:00-17:15	17:45-19:45	17:15-17:45
	Onsdag	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15
	Torsdag	17:00-19:15	17:00-17:15	17:45-19:15	17:15-17:45
	Fredag	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15
	Måndag	08:15-10:15	08:15-08:30	08:30-10:00	10:00-10:15

Grupp	Dag	Träningstid	Simning	Landträning
MST	Måndag	17:45-19:15	17:45-19:15	---
	Onsdag	18:45-20:15	18:45-20:15	---