

A/B:

Måndag: 08.30-11.00 (landträning 08.30-09.00) + 16.00-18.00

Tisdag: 08.30-11.00 (landträning 08.30-09.00) + 16.00-18.00

Onsdag: 08.30-11.00 (landträning 08.30-09.00) + 16.00-18.00

Torsdag: 08.30-11.00 (landträning 08.30-09.00) + 16.00-17.30 (på Tinas Ö)

Fredag: 08.30-11.00 (landträning 08.30-09.00)

Söndag: 17.30-20.00 (landträning 17.30-18.00)

SSY:

Måndag: 18.00-19.30 (landträning 18.00-18.30)

Tisdag: 18.00-19.30 (ingen landträning)

Torsdag: 08.30-11.00 med A/B (landträning 08.30-09.00)

Lördag: 10.00-12.00 (landträning 10.00-10.30)

Röd:

Måndag: 18.00-19.30 (landträning 18.00-18.30)

Tisdag: 18.00-19.30 (ingen landträning)

Lördag: 10.00-12.00 (landträning 10.00-10.30)

Blå:

Onsdag: 18.00-19.00 (ingen landträning)

Lördag: 08.30-10.00 (landträning 08.30-09.00)

Gul:

Onsdag: 18.00-19.00 (ingen landträning)

Lördag: 08.30-10.00 (landträning 08.30-09.00)