

Lördagar Sickla		U2 Yngre	U2 Yngre	U2	U2
09:00	09:30	Framplock tumbling grop	Framplock tumbling grop	Framplock hopp grop	Framplock hopp grop
09:30	10:00	Hopp	Tumbling	Trampolin	Trampolin
10:00	10:30	Trampolin	Trampolin	Hopp	Tumbling
10:30	11:00	Tumbling	Hopp	Fristående	Fristående
11:00	11:30	Avslut	Avslut	Tumbling	Hopp
11:30	12:00				
12:00	12:30				

		10:30	11:00	U1	JT
		11:00	11:30		Trampolin
					F13/14
Delas av M15 rosa + ytterligare M lag		11:30	12:00	Trampolin	Hopp
		12:00	12:30	Hopp	Tumbling
Trampolin		12:30	13:00	Tumbling	
Hopp		13:00	13:30	Fristående	
Tumbling		13:30	14:00		
		14:00	14:30		

F13 Violet	12:30	13:00	P2						
Trampolin	13:00	13:30	Tumbling						
Hopp	13:30	14:00	Trampolin	UT Lila	UT Lila				
Tumbling	14:00	14:30	Hopp	Trampolin	Trampolin				
	14:30	15:00		Tumbling	Hopp				
	15:00	15:30		Hopp	Tumbling	15:15	15:45	Nacka GF Herr	Nacka GF Herr
						15:45	17:10	matta/hopp	matta/hopp
								Bortplock	
F13 Violet, P2 och UT Lila stämmer av med Nacka GF Herr vad som skall plockas bort (tex arifloor)									

		Nacka GF Herr	Nacka GF Herr						
15:15	15:45	Trampolin	Fristående						
15:45	17:10	matta/hopp	matta/hopp					M15 lila (18 jan, 15 feb, 15 mar, 26 apr)	
		Bortplock			15:30	17:10	Uppvärmning / trampolin		
					17:10	17:40	Hopp till grop		
					17:40	18:00	Bortplock		