

HÖSTLOVSTRÄNING 2018

	<u>Elit/A</u>	<u>B/C</u>	<u>D/E</u>	<u>Masters</u>
27-okt lördag	Lediga	lediga		08.30-10.00
28-okt söndag	Lediga	lediga		09.00-10.30
29-okt måndag	09.30-11.00	11.00-12.30		19.30-20.30
30-okt tisdag	09.30-11.00	11.00-12.30	12.30-14.00	
31-okt onsdag	09.30-11.00	11.00-12.30		18.30-19.30
01-nov torsdag	09.30-11.00	11.00-12.30	12.30-14.00	19.00-20.00
02-nov fredag	09.30-11.00	11.00-12.30		17.00-18.00
03-nov lördag				
04-nov söndag	16.15-18.00 Swim of Hope-Alla grupper			

Banor:		Tider	Antal banor
28-okt	lördag	08.30-10.00	2 (bana 2 och 3 långbana)
29-okt	söndag	09.00-10.30	2 (bana 2 och 3 långbana)
30-okt	måndag	09.30-12.30, 19.30-20.30	4 (bana 6-9 kortbana), 2 (bana 6 och 7 på kvällen)
31-okt	tisdag	09.30-14.00	4 (bana 6-9 kortbana)
01-nov	onsdag	09.30-12.30, 18.30-19.30	4 (bana 6-9 kortbana), 2 (bana 6 och 7 på kvällen)
02-nov	torsdag	09.30-14.00, 19.00-20.00	4 (bana 6-9 kortbana), 2 (bana 6 och 7 på kvällen)
03-nov	fredag	09.30-12.30, 17.00-18.00	4 (bana 6-9 kortbana), 2 (bana 6 och 7 på kvällen)
04-nov	lördag		
05-nov	söndag	16.00-18.30	10 (bana 0-9 kortbana)