	MÅN	TIS	ONS	TOR	FRE	LÖR	SÖN		
								Land 16:00-16:30	**15:30-16:00 Drilla Sr Par**
SPINNAREN	**17:30- 18:30** Drilla par Sara och Johanna	**20.00-21:30** Par & Solo / Tek moment med Tumlaren för sed.	Land 19:30	**19:30-20:30** Teknik med Tumlaren		**21:00-21:30** Sara & Johanna Par	19:00-19:30 land med Tumlaren	17:00-17:30 Sega solo	**17:00-18:00** Teknik
	Karolina	*Monica*		*Sara L*		*Karolina slalta 30min, Annans självständig träning.*	*Min fler spinnaren som tidtar uppdelmning för både sjem/ soft-tumlaren*	*Karolina*	*Heidi*
	Land träning för alla	19:30-20:15 Sim med gubs		**20:30-21:30** Sara & Johanna	ängs par självständigt 20 00			**17:-30-19:00** Par Johanna & Sara	18:00-18:30 Elina solo
	Ella			*Karolina*				*Karolina*	*Heidi*
TUMLAREN	**19:30-19:30** Drilla Solo program per individ	**20.00-21:00** Par & Solo / Tek för duplicerare/ Teknik	**Bara träning med Sara L och Louise**	**19:30-20:30** Int och Avnsla, dlt par	land från 18:30-19:30	**19:30-20:15** Fatima och Liv Par	start 8:30 land. ben.lång 20:15- 21:00		**Land 16:00-16:30**
	Karolina	*Esther/ Stella T*		*Karolina*		*Karolina*	*Karolina*		*Lovisa*
	18.30 - 19:30 Landträning för Jämnåriga par med Spinnaren	**20.00-21:00** Par moment för juniorer	insitm 19:30-20	**19:30-20:30** Teknik/Fogarmoment		**19:30-20:15** Lovie-Lisa solo		**16:00-16:30** Lovie - Lisa Solo	
	Ella	*Lovisa till 21:00*	**Sara L vaga timming från 19:00**	*Sara L*	land 19:00-19:30 kort insits	*Självständigt*		*Karolina*	
	Vatten 19:30-21:00	**20.00-21:30** J/ Par	Byte varje vecka	**20:30-21:30** JR lag		**20:15-21:00** JR Lag	19:00-19:30 land med Spinnaren	**16:30-18:00** JR. Lag	
	för alla med Karro/Ella	*Sara L*		*Sara L*		*Karolina*	*land med spinnarens' insims pass*		*Lovisa*
		19.19.20 Fattradis.e Par - sen tillg	sommar in kort från 19:00. Land från 19:30					**16:00-17:00** Stella och Ebba	
		Lovisa	slalta med fatima och fix på land.					*Lovisa*	