



# Treningstider fra den 24. januar 2022

Treningstider alle grupper i perioden 24. januar 2022 – 22. juni 2022

**2021**  
**2022**

Dag	Svømmehall	Svømming	Baner	Grupper	Basistrening
<b>Mandag</b>	Kannik	05.30 – 07.15	4	Elite 1 + Elite 2 + Junior/Senior	
		16.00 – 17.30	5	Junior Ung Jenter	17.30 – 18.30
		17.30 – 18.30	3	Rekrutt Ung Jenter + Hai	17.00 – 17.30
		18.30 – 19.30	3	Rekrutt Jenter	18.00 – 18.30
		19.30 – 21.00	5	Medley Junior/Senior	18.45 – 19.30
	Stavanger	06.00 – 07.30	6/3	Junior Ung Jenter/Gutter (pluss trening)	
		15.30 – 18.00	6	Elite 1 + Elite 2	18.00 – 19.00
	Hundvåg	16.00 – 18.30	6	Junior/Senior	18.30 – 19.30
	Tasta	18.00 – 19.00	5	Medley Rekrutt 1	17.30 – 18.00
		19.00 – 20.00	5	Medley Rekrutt 2	18.30 – 19.00
	Kvernevik	16.00 – 18.00	6	Junior Ung Gutter	18.00 – 19.00
		18.00 – 19.00	2	Rekrutt Ung Gutter	17.30 – 18.00
		18.00 – 19.00	2	Dreamteam	17.45 – 18.00
		19.00 – 20.30	4	Rekrutt Gutter	18:30 – 19.00

Dag	Svømmehall	Svømming	Baner	Grupper	Basistrening
<b>Tirsdag</b>	Kannik	05.30 – 07.15	5	Elite 1 + Elite 2	
	Stavanger	06.00 – 07.30	6/3	Junior/Senior + Medley Junior/Senior	
		15.00 – 17.00	2	Elite 1	17.00 – 17.30
	Hetland	16.00 – 17.45	5/4	Junior Ung Gutter	17.45 – 18.45
		17.45 – 19.30	4	Junior Ung Jenter	16.45 – 17.45
		19.30 – 20.30	4/3	Medley Junior Ung 2	19.00 – 19.30
	Hundvåg	18.00 – 19.00	2	Medley Rekrutt 1	17.30 – 18.00
		19.00 – 20.00	2	Medley Rekrutt 2	18.30 – 19.00
		20.00 – 21.45	6	Medley Junior/Senior	19.30 – 20.00
	Kvernevik	16.00 – 18.00	6/5	Elite 2	18.00 – 18.30
		18.00 – 20.00	5	Junior/Senior	17.30 – 18.00
20.00 – 21.00		5	Medley Junior Ung 1	19.30 – 20.00	



# STAVANGER

SVØMMEKLUBB

Dag	Svømmehall	Svømming	Baner	Grupper	Basistrening
Onsdag	Kannik	05.30 – 07.15	4	Elite 1 + Elite 2 + Junior/Senior	
		16.00 – 17.30	5	Medley Junior/Senior + Medley Junior Ung 1	17.45 – 18.15
		17.30 – 19.00	5	Rekrutt Jenter + Rekrutt Ung Jenter	17.00 – 17.30
		19.00 – 20.00	5	Dreamteam	18.45 – 19.00
	Stavanger	06.00 – 07.30	6/3	Junior Ung Jenter + Junior Ung Gutter	
	Tasta	16.00 – 18.00	5	Elite 1 + Elite 2	18.00 – 19.00
	Hetland	16.00 – 17.00	5	Rekrutt Gutter	15.30 – 16.00
17.00 – 18.00		5	Rekrutt Ung Gutter + Hai	18.00 – 18.30	

Dag	Svømmehall	Svømming	Baner	Grupper	Basistrening
Torsdag	Kannik	05.30 – 07.15	5	Elite 1 + Elite 2	
		16.00 – 18.00	5	Elite 2	18.00 – 18.30
		18.00 – 20.00	5	Junior/Senior	17.00 – 18.00
	Hundvåg	16.00 – 18.00	6/5	Junior Ung Jenter + Junior Ung Gutter	18.00 – 19.00
	Tasta	16.00 – 18.00	5	Elite 1	18.00 – 19.00
		18.00 – 19.30	5	Medley Junior Ung 1	17.30 – 18.00
	Kvernevik	06.00 – 07.30	6/3	Junior/Senior + Medley Junior/Senior	
16.00 – 18.00		6/4	Rekrutt Jenter + Rekrutt Gutter	(18.00 – 19.00)	
17.00 – 18.00		2	Hai	16.30 – 17.00	



# STAVANGER

SVØMMEKLUBB

Postadresse: C/O Bokholderiet Hinna AS, Boganesveien 31, 4020 Stavanger - Org.nr: 984 51 8536

Besøksadresse: Idrettens Hus, Gamle Jåttåvågen 7, 4020 Stavanger

Web: <http://stavangersvommeklubb.no> – Epost: [post@stavangersvommeklubb.no](mailto:post@stavangersvommeklubb.no)



Dag	Svømmehall	Svømming	Baner	Grupper	Basistrening
Fredag	Kannik	05.30 – 07.15	4	Elite 1 + Elite 2	
		16.00 – 18.00	5	Elite 1	18.00 – 18.30
	Hetland	06.00 – 07.30	5	Junior Ung Jenter + Junior Ung Gutter	
		16.00 – 18.00	5	Junior/Senior + (Medley Junior-Senior)	18.00 – 18.30
		18.00 – 19.00	5	Medley Junior Ung 1	17.30 – 18.00
	Kvernevik	19.00 – 20.00	5	Medley Junior-Senior	18.30 – 19.00
		16.00 – 18.00	3	Junior Ung Jenter/Gutter (pluss trening)	18.00 – 19.00
		16.00 – 18.00	3	Rekrutt Jenter/Gutter (pluss trening)	18.00 – 18.30
	Tasta	16.00 – 18.00	5	Elite 2	18.00 – 18.30
	Hundvåg	18.00 – 19.00	6	Medley Rekrutt	17.30 – 18.00
19.00 – 20.00		6	Medley Junior Ung 2	18.30 – 19.00	

Dag	Svømmehall	Svømming	Baner	Grupper	Basistrening
Lørdag	Kannik	08.00 – 10.00	5	Elite 2	10.30 – 12.00
		10.00 – 12.00	5	Junior/Senior + Medley Junior/Senior	09.00 – 10.00
		12.00 – 14.00	5	Junior Ung Jenter	11.00 – 12.00
		14.00 – 15.30	5	Medley Junior Ung 2 + Medley Rekrutt	13.30 – 14.00
		15.30 – 17.00	5	Medley Junior Ung 1 + Medley Junior/Senior	15.00 – 15.30
		17.00 – 18.00	5	Ledig(voksen/triatlon)	
	Tasta	11.00 – 14.00	5	TBA	
	Hetland	08.00 – 10.00	5	Elite 1	10.30 – 12.00
		12.00 – 14.00	5	Junior Ung Gutter	11.00 – 12.00
		14.00 – 15.00	5	Dreamteam	13.45 – 14.00

Dag	Svømmehall	Svømming	Baner	Grupper	Basistrening
Søndag	Kannik	10.00 – 11.30	5	Rekrutt Jenter + Rekrutt Ung Jenter	09.30 – 10.00
		11.30 – 13.00	5	Rekrutt Gutter + Rekrutt Ung Gutter	11.00 – 11.30
		13.00 – 14.00	5	Hai (Delfin/Sjøløve)	12.30 – 13.00

Det tas forbehold om justeringer av treningstider og grupper på bakgrunn av oppmøte, kapasitet i de enkelte basseng, samt smittesituasjonen i samfunnet.



**STAVANGER**  
SVØMMEKLUBB

# Velkommen til trening

## Trenerteamet



**STAVANGER**  
SVØMMEKLUBB