

Oppstartstrening uke 31 og 32 2022.

Treningstider i uke 31 og uke 32 -

UKE 31, den 01.08 – 04.08

Dag	Svømmehall	Svømming	Antall	Trener	Grupper	Basistrening
Mandag til Torsdag	Kannik	08.00 – 09.30		Finn Ivar	Elite + Junior-senior + Medl. Jun-Sen	09.30 – 11.00
		09.30 – 11.00		Ole Katarzyna	Jun Ung Gutter + Junior Ung Jenter	08.30 – 09.30
		11.00 – 12.00		Thomas Karoline	Rekrutt Gutter 1-2 Rekrutt Jenter 1-2	10.30 – 11.00
		12.00 – 13.00		Thomas Karoline	Medley Junior Ung 1-2	11.30 – 12.00
		16.00 – 17.30		Finn Ivar	Elite + Junior-senior	

UKE 32, den 08.08 – 12.08

Dag	Svømmehall	Svømming	Antall	Trener	Grupper	Basistrening
Mandag til Fredag	Kannik	08.00 – 09.30		Sondre Ivar	Elite + Junior-senior + Medl. Jun-Sen	09.30 – 11.00
		09.30 – 11.00		Ole Katarzyna	Jun Ung Gutter + Junior Ung Jenter	08.30 – 09.30
		11.00 – 12.00		Ole Katarzyna	Medley Junior Ung 1-2	10.30 – 11.00
		12.00 – 13.00		Thomas Karoline	Rekrutt Gutter 1-2-3 Rekrutt Jenter 1-2-3	11.30 – 12.00
		16.00 – 17.30		Finn Sondre	Elite + Junior-senior	



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

Velkommen til oppstartstrening til sesongen 2022-2023.

