

Påsklovstider 2020 – vecka 15

MÅNDAG:	16.00-18.00	MÄ, SS1, SS2, TG, S1
	18.00-19.00	S2, S3
TISDAG:	08.30-10.00	MÄ, SS1, SS2
	16.00-17.00	MÄ, SS1, SS2, S1
ONSDAG:	08.30-09.30	MÄ, SS1, SS2, TG, S1
	09.30-10.30	S2, S3
TORSDAG:	08.30-10.00	MÄ, SS1, SS2, TG, S1

FREDAG/LÖRDAG = INGEN TRÄNING

Ingen gemensam landuppvärmning innan simpassen, kom lite tidigare och värm upp själva.

Simiaden 4 har inga obligatoriska träningar under påsklovet men är välkomna att träna med Simiaden 3 om man vill.

Simiaden 2 har ingen obligatorisk träning under torsdagen men är välkomna att träna med Simiaden 1 om man vill.

MÄ = Mästerskap

SS1 = Sum-Sim 1

SS2 = Sum-Sim 2

TG = Träningsgruppen

S1/2/3 = Simiaden 1 / 2 / 3

Har ni frågor så hör av er till Lova på: 072-233 4984

Med vänlig hälsning,

Lova Andersson