

NBIS Friidrott, TRÄNINGSTIDER januari 2012

01/1 2012 MICKE

<p>OBS! Tider kan ändras efter det att denna lista sammanställts. T ex andra arrangemang som tar våra tider i Multihallen. Vi försöker meddela detta på anslagstavla samt hemsidan om vi bara vet om det i tid!</p>	<p>Hemsidan: www.nbisfri.se Höger kant: Träningstider</p> <p>Aktuella externa tävlingar: www.friidrott.se Vänster kant: Tävlingar</p>			
<p>Måndag 2 v 1 mån 30 v 5 (hela Multihallen 17.00-19.00) födda 03-00 : 17.30-19.00</p> <p>veteraner: 19.00-20.00</p>	<p>Tisdag 3 31 jan v 5 (endast löparbanor mm ej bollplan) födda 99 o äldre: 17.00-19.00</p> <p>Långlöpargrupp: 17.00-18.30</p>	<p>Onsdag 4 jan (hela Multihallen 17.00-19.00) födda 04: Uppehåll</p> <p>födda 00: 17.30-19.00 teknik</p>	<p>Torsdag 5 jan (endast löparbanor mm ej bollplan) födda 99 o äldre: 17.00-19.00</p> <p>veteraner: 19.00-20.30</p>	<p>Lördag 7 jan (endast löparbanor mm ej bollplan) födda 99 o äldre: 10.00-12.30</p> <p>Yngre kan träna om ledare finns närvarande (prata med din tränare)</p>
<p>Måndag 9 jan v 2 (hela Multihallen 17.00-19.00) födda 02-00: 17.30-19.00</p> <p>veteraner: 19.00-20.00</p>	<p>Tisdag 10 jan (endast löparbanor mm ej bollplan) födda 99 o äldre: 17.00-19.00</p> <p>Långlöpargrupp: 17.00-18.30</p>	<p>Onsdag 11 jan (hela Multihallen 17.00-19.00) födda 04: Uppehåll</p> <p>födda 00: 17.30-19.00 teknik</p>	<p>Torsdag 12 jan (endast löparbanor mm ej bollplan) födda 99o äldre: 17.00-19.00</p> <p>veteraner: 19.00-20.30</p>	<p>Lördag 14 jan (endast löparbanor mm ej bollplan) födda 99 o äldre: 10.00-12.30</p> <p>obs !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! (ändrad tid 11.30-13.00)</p>
<p>Måndag 16 jan v 3 (hela Multihallen 17.00-19.00) födda 02-00: 17.30-19.00</p> <p>veteraner: 19.00-20.00</p>	<p>Tisdag 17 jan (endast löparbanor mm ej bollplan) födda 99 o äldre: 17.00-19.00</p> <p>Långlöpargrupp: 17.00-18.30</p>	<p>Onsdag 18 jan (hela Multihallen 17.00-19.00) födda 04: Uppehåll</p> <p>födda 00: 17.30-19.00 teknik</p>	<p>Torsdag 19 jan (endast löparbanor mm ej bollplan) födda 99 o äldre: 17.00-19.00</p> <p>veteraner: 19.00-20.30</p>	<p>Lördag 21 jan (endast löparbanor mm ej bollplan) födda 99 o äldre: 10.00-12.30</p> <p>Yngre kan träna om ledare finns närvarande (prata med din tränare)</p>
<p>Måndag 23 v 4 (hela Multihallen 17.00-19.00) födda 02-00: 17.30-19.00</p> <p>veteraner: 19.00-20.00</p>	<p>Tisdag 24 jan (endast löparbanor mm ej bollplan) födda 99 o äldre: 17.00-19.00</p> <p>Långlöpargrupp: 17.00-18.30</p>	<p>Onsdag 25 jan (hela Multihallen 17.00-19.00) födda 04: 18.00-19.00</p> <p>födda 00: 17.30-19.00 teknik</p>	<p>Torsdag 26 jan (endast löparbanor mm ej bollplan) födda 99 o äldre: 17.00-19.00</p> <p>veteraner: 19.00-20.30</p>	<p>Lördag 28 jan</p> <p>TÄVLING KL 9-15 IUDM 12-15 ÅR TID 10.00-15.00</p>