



Träningsstider och -grupper VT-2022



Kl.	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Söndag	Kl.	
10:00						Motionsgruppen (Söndag) 10:00 - 11:00 CJ	10:00	
10:15							10:15	
10:30							10:30	
10:45							10:45	
11:00							11:00	
11:15							11:15	
16:15							16:15	
16:30							16:30	
16:45							16:45	
17:00		Blå grupp 17:00 - 18:15 CB		Blå grupp 17:00 - 18:15 CB	Svart grupp 16:30 - 18:30 CB		17:00	
17:15								
17:30							17:30	
17:45							17:45	
18:00							18:00	
18:15							18:15	
18:30		Svart grupp 18:30 - 20:30 CB		Röd grupp & Silvergruppen 18:30 - 20:00 CB			18:30	
18:45								18:45
19:00								19:00
19:15								19:15
19:30	Röd grupp & Silvergruppen 19:30 - 20:45 FL		Svart grupp & Silvergruppen 19:30 - 21:00 RN		Seriematcher 19:00 - 22:00		19:30	
19:45								19:45
20:00								20:00
20:15								20:15
20:30		Svart gr. Individuell träning 20:30 - 21:00 CB		Motionsgruppen 20:15 - 21:15 CB			20:30	
20:45								20:45
21:00					21:00			
21:15					21:15			
21:30					21:30			
21:45					21:45			
22:00					22:00			

Träningsperiod VT - 2022	
Svart grupp	11/1 - 27/5
Blå grupp	11/1 - 24/5
Röd grupp	10/1 - 23/5
Silvergruppen	10/1 - 25/5
Motionsgruppen	13/1 - 19/5



Initial	Tränare	Telefon
CB	Christian Björklund	0703 - 75 90 05
RN	Roger Nilsson	0708 - 19 09 97
FL	Filip Lundell	0707 - 22 55 38
CJ	Conny Johansson	0763 - 37 43 91

www.tomelillaais.se