



PLANERING SIMLINJEN VALHALLA VT-14

	<u>Tisdagar</u> Crawl 1 kl. 19.00- 20.00 Medley kl. 18.30- 20.00 i 25 m bassängen.	<u>Onsdagar</u> Crawl 2 kl. 18-19 i 50 m bassängen.	<u>Söndagar</u> Simborgare kl. 8.30-9.30 + kl. 9.30-10.30, Crawl kl. 9.30-10.30, Medley kl. 9.00- 10.30
v.3			19/1 uppstart
v.4	21/1	22/1	26/1
v.5	28/1	29/1	2/2
v.6	4/2	5/2	Ingen träning
v.7	Ingen träning	Ingen träning	Ingen träning
v.8	18/2	19/2	23/2
v.9	25/2	26/2	2/3
v.10	4/3	5/3	9/3
v.11	11/3	12/3	Lördag 15/3 Morgondagare 16/3 träning som vanligt
v.12	18/3	19/3	23/3
v.13	25/3	26/3	30/3
v.14	1/4	2/4	6/4
v.15	8/4	9/4	13/4 (12/4 Sjörovarsim Medley)
v.16	Ingen träning	Ingen träning	Ingen träning
v.17	22/4	23/4	27/4
v.18	29/4	Ingen träning	Ingen träning
v.19	6/5	7/5	11/5 (10-11/5 Preliminärt läger i Lysekil)
v.20	13/5	14/5	Lördag 17/5 Morgondagare 18/5 träning som vanligt
v.21	20/5	21/5	25/5 avslut

Sätt upp denna lapp på kylskåpet där hemma så ni vet vilka dagar det är träning under våren 2014! Skulle det bli någon ändring i planeringen är vårt mål att gå ut med den informationen i så god tid som möjligt!

Med vänliga hälsningar simtränarna!