

Terminsplanering Vuxen fri

Mål:

Söndagar 18.30-19.30	Fokus	Tränare
7 Januari	Gott och blandat	Pär & Tina
14 Januari	Puls	Pär & Melker
21 Januari	Tema paddlar	Pär & Ronja
28 Januari	Fokus ben	Pär & Tina
4 Februari	Catch clinic del 1	Pär & Melker
11 Februari	Korta snabba	Pär & Ronja
18 Februari	SPORTLOV	
25 Februari	Tema munk	Pär & Tina
3 Mars	Långt & lagom	Pär & Melker
10 Mars	100 lappar	Pär & Ronja
17 Mars	Tema dolme	Pär & Tina
24 Mars	MILEN	
31 Mars	PÅSKLOV	
7 April	Styrka	Pär & Melker
14 April	Fokus rotation	Pär & Ronja
21 April	Catch clinic del 2	Pär & Tina
28 April	300ingar	Pär & Melker
5 Maj	Tema simfötter	Pär & Ronja
12 Maj	Idioten	Pär & Tina
19 Maj	Redskap	Pär & Melker
26 Maj	SWIMRUN	