

Träningsprogram v. 2 - 13 - 2018

Under 4 tillfällen i januari-februari arrangerar OL-NV natt-träning samt lördagsträning under 3 tillfällen, se nedan.

Årets vinterläger kommer att hållas fredagen 2/2 kl 18 till lördagen 3/2 kl 15. Det kommer komma en separat inbjudan till vinterlägret.

På torsdagsträningarna anges fikaansvarig med *kursiv stil*.

Vecka	Dag	Datum	Aktivitet	Samling	Klockan	Ansvarig
2	Mån	8 jan	Gympa	Norra Lyckan	17.30	Magnus L
	Tors	11 jan	Löpträning väg/stig	Sista Hus	18.00	<i>Jan N</i>
	Lör	13 jan	OL-NV träning**	Vejbystrand	10.00	-
3	Mån	15 jan	Gympa	Norra Lyckan	17.30	Magnus L
	Tis	16 jan	OL-NV Natt-träning*	Östra Ringarp	18.00	-
	Tors	18 jan	Löpträning väg/stig	Sista Hus	18.00	<i>Rebecca H</i>
4	Mån	22 jan	Gympa	Norra Lyckan	17.30	Magnus L
	Tors	25 jan	Löpträning väg/stig	Sista Hus	18.00	<i>Lars Lu</i>
	Lör	27 jan	OL-NV träning**	Grytåsa	10.00	-
5	Mån	29 jan	Gympa	Norra Lyckan	17.30	Magnus L
	Tis	30 jan	OL-NV Natt-träning*	Spjutseröd el. Bäljaneå	18.00	-
	Tors	1 feb	Löpträning väg/stig	Sista Hus	18.00	<i>Frida P</i>
6	Mån	5 feb	Gympa	Norra Lyckan	17.30	Magnus L
	Tors	8 feb	Löpträning väg/stig	Sista Hus	18.00	<i>Thomas E</i>
	Lör	10 feb	OL-NV träning**	Lärkasjöhult	10.00	-
7	Mån	12 feb	Gympa	Norra Lyckan	17.30	Magnus L
	Tis	13 feb	OL-NV Natt-träning*	Bäljaneå	18.00	-
	Tors	15 feb	Löpträning väg/stig	Sista Hus	18.00	<i>Helena S</i>
8	Mån	19 feb	Gympa	Norra Lyckan	17.30	Magnus L
	Tors	22 feb	Löpträning väg/stig	Sista Hus	18.00	<i>Leif-Å A</i>
9	Mån	26 feb	Gympa	Norra Lyckan	17.30	Magnus L
	Tis	27 feb	OL-NV Natt-träning*	Kronoskogen	18.00	-
	Tors	1 mar	Löpträning väg/stig	Sista Hus	18.00	<i>Krister/Evy Ö</i>
10	Mån	5 mar	Gympa	Norra Lyckan	17.30	Magnus L
	Tors	8 mar	Löpträning väg/stig	Sista Hus	18.00	<i>Sören A</i>
11	Mån	12 mar	Gympa	Norra Lyckan	17.30	Magnus L
	Tis	13 mar	OL-NV Natträning*	Bjärröd	18.00	-
	Tors	15 mar	Löpträning väg/stig	Sista Hus	18.00	<i>Catarina H</i>
12	Mån	19 mar	Gympa	Norra Lyckan	17.30	Magnus L
	Tors	22 mar	Löpträning väg/stig	Sista Hus	18.00	<i>Magnus L</i>
13	Mån	26 mar	Gympa	Norra Lyckan	17.30	Magnus L
	Tors	29 mar	Löpträning väg/stig	Sista Hus	18.00	<i>Josefina B</i>

* OL-NV Natt-träning

Anmälan: På Eventor inkludera "närtävlingar" senast träningsdagen kl.10.00.

PM: Inför varje träning kommer ett mer detaljerat PM på Eventor.

Start: Samling kl. 18.00. Gemensam avslöppning till starten ca kl. 18.05.

**OL-NV lördagsträningar

Anmälan: På Eventor (inkludera "närtävlingar") senast kl. 10.00 dagen före träningen.

PM: Inför varje träning kommer ett mer detaljerat PM på Eventor.

Start: Från kl. 10.00.