



Träningsperiod HT-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										17:15	
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 EA	Svart grupp & Silvergruppen 19:30 - 21:00 RN	Motionsgruppen 20:15 - 21:15 CB	Seriematcher 19:00 - 22:00	19:30
19:45											19:45
20:00											20:00
20:15											20:15
20:30				20:30							
20:45	Svart gr. Individuell träning 20:30 - 21:00 CB			20:45							
21:00				21:00							
21:15				21:15							
21:30				21:30							
21:45				21:45							
22:00					22:00						

Träningsperiod HT - 2022	
Svart grupp	30/08 - 21/12
Blå grupp	30/08 - 22/12
Röd grupp	29/08 - 22/12
Silvergruppen	29/08 - 21/12
Motionsgruppen	01/09 - 22/12



Initial	Tränare	Telefon
CB	Christian Björklund	0703 - 75 90 05
RN	Roger Nilsson	0708 - 19 09 97
EA	Elias Alm	0738 - 44 05 75
CJ	Conny Johansson	0763 - 37 43 91

www.tomelillaais.se