



Träningsider för vinterperioden

2 februari tom 23 mars 2010

Tisdagar Vitalisskolan	Söndagar Klubbstugan
Kl 18-19 inomhus ålder 8-12 år	Kl 10-12, vid snö i spåren skidåkning, vid barmark löpning
Kl 18-19 utomhus ålder 13 år o uppåt	
Kl 19-20 inomhus ALLA	

- Den 6-7/3 är det upptaktsläger inför orienteringssäsongen. Vi kommer att vara vid klubbstugan i Vagnhärad. Mer information kommer inom kort.
- Den 30/3 startar utomhussäsongen från klubbstugan.