

## Træningstider m.m. i K-afdelingen 2011/12

		Mandag		Tirsdag		Onsdag		Torsdag		Fredag		Lørdag		Søndag		Træner1	Træner2	Vandtid
		Tid	Sted	Tid	Sted	Tid	Sted	Tid	Sted	Tid	Sted	Tid	Sted	Tid	Sted			
ES1	Morgentræning	05:45-07:30	TR	05:45-07:30	TR			05:45-07:30	TR	05:45-07:30	TR	09:00-11:00	TR			Stefan	Sune	19:10
	Dryland			17:30-18:45	ST			16:15-17:30	ST			11:30-13:00	ST					
	Aftentræning	17:00-19:00	TR	19:10-21:00	ST	17:00-19:00	ST	19:10-21:00	ST	17:00-19:30	ST							
ES2	Morgentræning					05:45-07:30	TR							08:00-10:00	TR	Jesper	Anders	13:55
	Dryland	17:30-18:45	ST	16:30-17:00	TR	18:00-18:30	TR	17:30-19:10	ST	16:30-17:00	ST			07:30-08:00	TR			
	Aftentræning	19:10-21:00	ST	17:00-19:00	TR	18:30-20:30	TR	19:10-21:00	ST	17:00-19:30	ST							
ES3	Morgentræning															Charlotte	Mikkel	08:50
	Dryland	18:40-19:10	ST	18:30-19:00	TR			18:30-19:00	TR	18:00-18:30	TR			16:00-17:15	ST			
	Aftentræning	19:10-21:00	ST	19:00-21:00	TR			19:00-20:30	TR	18:30-20:00	TR			17:15-19:15	ST			
ES4	Morgentræning											07:30-09:00	TR			Peter	Katja	05:50
	Dryland											09:30-10:30	TR					
	Aftentræning			19:10-20:30	ST			16:30-18:00	TR					16:00-17:30	ST			
IM1	Træning							18:00-19:00	TR	17:00-18:00	ST			14:45-16:00	ST	Jens Peter	Jesper	03:15
IM2	Træning					17:30-18:30	TR			17:30-18:30	TR			14:45-16:00	ST	Louise	Rasmus	03:15
Master/SP1	Træning			20:30-22:00	ST	20:30-22:00	TR	20:30-22:00	TR	20:00-22:00	TR	16:30-18:30	TR			Mads		08:30
K-forældre	Træning	21:00-22:00	ST					21:00-22:00	ST					16:00-17:15	ST			03:15