



Heleneholms IF - Träningschema utomhus 2020

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Friidrottskola 5-7 år Heleneholms IP kl 18.00-19.00 Tränare - Albin	Friidrottskola Oxie 5-8 år Oxie IP kl 18.00-19.00 Tränare - Niklas & Mayia	Friidrottskola 5-7 år Heleneholms IP kl 17.30-19.00 Tränare - Therese & Valentina		Ungdomsgrupp 14-17 år Atleticum kl 16.30 - 18.30 Tränare - Adrian	Friidrottskola 5-8 år Malmö Stadion - kl 10.00-11.30 Tränare - Therese & Viktor	Ungdomsgrupp 14-17 år Atleticum - 11.00-12.30 Tränare - Adrian
Friidrottskola 8-9 år Heleneholms IP kl 18.00-19.00 Tränare - Sebastian	Nybörjargrupp 9-10 år Oxie IP kl 18.00-19.00 Danilo & Sandra	Friidrottskola 8-9 år Heleneholms IP kl 17.30-19.00 tränare - Maria	Racerunning Heleneholms IP - kl 17.30-19.00 Tränare Fredrik		Nybörjargrupp 9-11 år Malmö Stadion - kl 10.00-11.30 Tränare - Emelie & Sebastian	
Nybörjargrupp 10-11 år Heleneholms IP - kl 17.30-19.00 Kedir & Emelie	Racerunning Heleneholms IP kl 17.30-19.00 Tränare - Fredrik	Nybörjargrupp 10-11 år Heleneholms IP - kl 17.30-19.00 Emelie & Sebastian	Ungdomsgrupp 12-16 år Heleneholms IP - kl 17.30-19.00 Tränare - Ola			
Nybörjargrupp 12-15 år Heleneholms IP - kl 17.30-19.00 Fredrik & Viktor	Ungdomsgrupp 12-16 år Heleneholms IP - kl 17.30-19.00 Tränare - Ola	Nybörjargrupp 12-15 år Heleneholms IP kl 17.30-19.00 Fredrik & Cajsja	Kastträning 13 år + Kastplanen - kl 17 Tränare Jonas		Kastträning 13 år + Kastplanen - kl 12 Tränare Jonas	
Kastträning 13 år + Kastplanen - kl 17 Tränare Jonas	Ungdomsgrupp 14-17 år Atleticum - kl 18.00-19.30 Tränare - Adrian & Galina	Ungdomsgrupp 14-17 år Atleticum - kl 17.30-19.30 Tränare - Adrian & Galina	Äldre sprint/medeldistans Stadionområdet - runt 17.15 Tränare Ivan Kontakta kansliet		Äldre sprint/medeldistans Stadionområdet - Runt 11.00 Tränare Ivan Kontakta kansliet	
Äldre sprint/medeldistans Stadionområdet - runt 17.15 Tränare Ivan Kontakta kansliet	Äldre sprint/medeldistans Stadionområdet - runt 17.15 Tränare Ivan Kontakta kansliet	Kastträning 13 år + Kastplanen - kl 17 Tränare Jonas	Långdistanslöpning/intervaller Malmö Stadion - kl 18.00 Tränare - Olika varje vecka			

#Heleneholmsif



Kansli@heleneholmsif.se