**Träningstider för USMelitgruppen HT 2011**

Plats – Aq-va-kul och Svane?
Tränare- Sanna, Linus och Hanna J?

**Tisdag – A, B och sista året i C (hoppare födda -98) har möjlighet att träna**

Land 16.30–16.45

Vatten 16.45–17.45

**Onsdag- Alla har möjlighet att träna**

Land 19.00–20.00

Vatten20.00-21.00

**Fredag- Alla har möjlighet att träna**

Land 15.45–16.15
Vatten 16.15–17.15

**Lördag- Alla har möjlighet att träna**

Land 13.30–14.00

Vatten 14.00–15.00

Land 15.30–16.00 ?

Vatten 16.00–17.00

**Söndag – Alla har möjlighet att träna**

Land 09.00-09.30

Vatten 09.30-10.30

Land 12.30–13.00

Vatten 13.00–14.00

Det tillkommer ett landträningspass till på Svane. Oklart vilken dag det blir. Träningen kommer att börja med uppstartsträning v.33. Träningen i Malmö startar v.35.

******

**Träningstider för Tävlingsgrupp Blå HT 2011**

Plats- Aq-va-kul och Svane

**Tisdag (Svane)**17–18.30 (eventuellt längre)

**Fredag**

Land 15.45–16.15
Vatten 16.15–17.15

**Söndag**

Land 09.00-09.30

Vatten 09.30-10.30

Land 12.30–13.00

Vatten 13.00–14.00

Terminen börjar med uppstartsträning på Källbybadet v.33 och v.34. Vi återkommer med tider och dagar så snart som möjligt. Träningen i Malmö startar fredagen den 2 september.



**Träningstider för tävlingsgrupp Grön HT 2011**

Plats- Aq-va-kul och Svane

**Onsdag (Svane)**18–19.30 (ev. med start 17.00)

**Fredag**

Land 15.45–16.15
Vatten 16.15–17.15

**Lördag**

Land 09.00-09.30

Vatten 9.30–11.00

**Söndag, OBS extra pass tillsammans med röd**

Land 09.00-09.30

Vatten 09.30-10.30

Du förväntas komma på onsdagar, fredagar och lördagar. Träningen på söndagar är ett extra träningspass som vi erbjuder hopparna i tävlingsgrupp grön och röd.

Terminen börjar med uppstartsträning på Källbybadet v.33 och v.34. Vi återkommer med tider och dagar så snart som möjligt. Träningen i Malmö startar fredagen den 2 september.

******

**Träningstider för hoppare i Tävlingsgrupp Röd HT 2011**

Plats- Aq-va-kul och Svane

**Tisdag (Svane)**17–18.30 (eventuellt längre)

**Lördag**

Land 13.30–14.00

Vatten 14.00–15.00

**Söndag, OBS extra pass tillsammans med grön**

Land 09.00-09.30

Vatten 09.30-10.30

Du förväntas komma på både tisdagar och lördag. Träningen på söndagar är ett extra träningspass som vi erbjuder hopparna i tävlingsgrupp grön och röd.

Terminen börjar med uppstartsträning på Källbybadet v.33 och v.34. Vi återkommer med tider och dagar så snart som möjligt. Träningen i Malmö startar lördagen den 3 september.

******