

Kl	Måndag.....	Tisdag.....	Onsdag.....	Torsdag.....	Fredag.....	Lördag.....	Söndag.....
9							
9.30							
10							
10.30						Toppgrupp	
11						Karin	
11.30						Per	
12							
12.30							
13							
13.30							
14							
14.30							
15							
15.30							
16							
16.30							
17	T1	T3	Utv gr	Utv gr			Toppgrupp
17.30	17-18.15		toppgr	Jacob	Toppgrupp		Karin
18	T2	T4	Per/mfl	Alfred	Karin		Per
18.30	18.15-19.30		parallellt	Ivar	Per		
19			Tonårstrx				Vuxengrupp
19.30	Utv.grp	Toppgrupp	jocke	Toppgrupp			Carina
20	Ivar, Jacob	Parallellt		Karin			Anne-Grete
20.30	Alfred	Med Vuxen		Per			
21		Carina					
21.30							
22							

På tisdagar mellan 19.30- 21.30 tränar tonårstrix parallellt med toppgruppens 4 landslagsgymnaster.

På onsdagar 17-19 tränar utvecklingsgruppens sv. cupengymnaster parallellt med toppgruppens 4 landslagsgymnaster.