

Fördelning träningstider i styrkelokalen

Vi måste fördela er så att vi kan bedriva träningen så Coronasäkert (max 10/p) det kan ju finnas fler från andra grupper också i lokalen.

Vi ska fortsätta torka av allt material som vi använder i styrkelokalen för att minska risken för smittspridning.

Start = Uppvärmning vid angivet klockslag

All uppvärmning sker utomhus så länge som det är möjligt

Måndag

15,00 Vincent

16,00 Tobbe, Jessica, Marika, Viktor

17,00 Clara, Laura, Boman, Linus

18,00 Ellen, Lucas, Emelie B, Wilja, Oliver, Sofia

Onsdag

15,00 Jessica, Laura, Viktor

16,00 Tobbe, Clara, Taxell, Jakob He, Leo, Mindor, Nils, Vidar

17,00 Oliver, Wilja, Marika, Bea, Julia, Ida, Isabelle, Elsa K, Carro, Tuva W,

18,00 Ellen, Lucas, Tova, Xana, Phillippa, Johanna, Livia, Alexander S, Natta L, Louise

Fredag

15,00 Oliver, Acke

16,00 Vincent, Linus, Carro, Leo W, Taxel, Mindor, Jakob He, Nils

17,00 Wilja (alt tor), Emelie B, Boman (alt. Tor), Bea, Julia, Sofia, Linn A, Louise, Ida, Isabelle

18,00 Gustav, Jens, Elliot, Baptiste, Elsa K, Jonah, Leo K, Arvid

Håll tiderna under säsongen.

Om ni måste byta tid enstaka tillfällen är det självklart OK men försök då köra på en tid med färre aktiva.