Gruppträning Vt- 2026

Måndag	16:00-16:30	16:30-17:00	17:00-17:30	17:30-18:00	18:00-18:30	18:30-19:00	19:00-19:30	19:30-20:00	20:00-20:30
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1	Drill kl:16:00-17:00				Karate start V.3 kl 18:00-20:30				
Sporthall, sal 2									
Sporthall, sal 3									
Läktare					Spinning start V.3 18:00-19:15				
Gym	Landsting kl:14:00-15:00								

Tisdag	16:00-16:30	16:30-17:00	17:00-17:30	17:30-18:00	18:00-18:30	18:30-19:00	19:00-19:30	19:30-20:00	20:00-20:30
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1	Drill kl:16:00-17:00				Åik fotboll start V.9 kl:18:15-19:15				
Sporthall, sal 2			Åik fotboll start V.9 Kl:17:15-18:15					Innebandy start V	
Sporthall, sal 3					Rörelseglädje start V.3 kl, 18:15-19:15				
Läktare						Karate start V.3 kl 18:30-20:00			
Gym									

Onsdag	16:00-16:30	16:30-17:00	17:00-17:30	17:30-18:00	18:00-18:30	18:30-19:00	19:00-19:30	19:30-20:00	20:00-20:30
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1	Drill kl:16:00-17:00								
Sporthall, sal 2			Åik fotboll varannan vecka start V.4 Kl: 17:00-18:00		Frisksportarna start V.3 kl: 18-19:30				
Sporthall, sal 3									
Läktare					Boxning start V.3 kl.18:15-19:15				
Gym	Landsting kl:14:00-15:00								

Torsdag	16:00-16:30	16:30-17:00	17:00-17:30	17:30-18:00	18:00-18:30	18:30-19:00	19:00-19:30	19:30-20:00	20:00-20:30
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1					Karate start V.3 kl 18:00-20:30				
Sporthall, sal 2			Åik fotboll start V.5 Kl:17:00-18:00						
Sporthall, sal 3					Cirkelträning start V.3 kl, 18-19				
Läktare							Spinning start V.3 19:10-19:55		
Gym	Vuxenskolan start V.5 kl. 10:00-11:00								

Fredag	16:00-16:30	16:30-17:00	17:00-17:30	17:30-18:00	18:00-18:30	18:30-19:00	19:00-19:30	19:30-20:00	20:00-20:30
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1									
Sporthall, sal 2					Åik fotboll start V.9 Kl: 18:00-19:00				
Sporthall, sal 3									
Läktare									
Gym									

Lördag	09:00-10:00	11:00-12:00	13:00-14:00	15:00-16:00	17:00-18:00	19:00-20:00	20:00-21:00		
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1									
Sporthall, sal 2									
Sporthall, sal 3									
Läktare									
Gym									

Söndag	09:30-10:00	11:00-12:00	13:00-14:00	15:00-16:00	17:00-18:00	19:00-20:00	20:00-21:00		
Simhall	Stängt								
Sporthall, sal 1					Åik Badminton start V.3 kl:17:30-19:00				
Sporthall, sal 2									
Sporthall, sal 3									
Läktare									
Gym									