

Følgende dage og hold for udendørstræning ser ud således.

#### Mandag

16.30 -17 M01 og M05

17.15-17.45 M02 og M04

18.00 -18.30 M03 og M06

18.45-19.30 Medleyhold

#### Onsdag

16.30 -17.00 O01 og O02

17.15 – 17.45 O03 og O04

18.00 – 18.30 O08, O09, O10

#### Torsdag

16.30–17.00 T01 og T04

17.15 -17.45 T02 og T03

18.00 -18.30 T05, T06, T07

18.45- 19.30 Medleyhold

#### Lørdag

9.00 – 9.30 L01, L02, L03

15.30 –16.00 L04, L05, L06

16.15-16.45 L07, L08, L09, L10

#### Søndag

9.00-9.30 S06 og S08

9.45- 10.15 S01, S02, S03

15.30 -16.00 S10 og S11, S12, S13

16.15-16.45 S16, S18

17.00-17.30 S14, S15, S16, S19, S20