

TRÄNINGSTIDER HÖSTEN 2026



MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
Atleticum / Hästhagen	Atleticum / Hästhagen	Atleticum / Hästhagen	Atleticum / Hästhagen	Atleticum / Hästhagen	Atleticum / Hästhagen	Atleticum / Hästhagen
David, Belinda Senior KI 16.30 - 18.30	Rizak, Gaute Senior KI 17.00 - 19.00	David, Belinda Senior KI 16.30 - 18.30	David, Belinda Senior KI 16.00 - 18.00	Hanna & Hanna 06-07 KI 16.00 - 18.00	David, Belinda Senior KI 10.00 - 12.00	Greger, Alva, Anna 11-12 KI 10.00 - 11.30
Rizak, Gaute Senior KI 17.00 - 19.00	Anders - Löpning 16 år+ NY KI 17.00 - 19.00	Rizak, Gaute Senior KI 17.00 - 19.00	Rizak, Gaute Senior KI 17.00 - 19.00	Fredrik L 09-10 KI 17.00 - 18.30	Rizak, Gaute Senior KI 10.00 - 12.30	Greger 12-13 KI 10.00 - 11.00
Andreas - Höjd Blandad KI 18.00 - 19.00	Alba, Alva, Anna 11-12 KI 18.00 - 19.30	Fredrik & Linda 07-09 KI 17.00 - 19.00	Anders - Löpning 16 år+ NY KI 17.00 - 19.00	Alva, Anna 11-12 KI 17.00 - 18.30	Anders - Löpning 16år+ NY KI 17.00 - 19.00	Angelos - Kast 2012- KI 13.00 - 14.15
Hanna & Hanna 06-07 KI 17.00 - 19.30	Fredrik L 09-10 KI 17.00 - 19.00	Sander Måns - Medeldistans 11-13 KI 16.00 - 17.15	Hanna & Hanna 06-07 KI 17.30 - 19.30	Måns, Anton 11-12 KI 17.00 - 19.00	Fredrik & Linda 07-09 KI 10.30 - 12.30	Hannah, Sofie, Amila, Othilia 13-14 KI 11.00 - 12.30
Fredrik & Linda 07-09 KI 17.00 - 19.00	Alva 08-09 KI 17.00 - 18.30	Joel 10-11 KI 17.30 - 19.30	Fredrik & Linda 07-09 KI 16.30 - 18.30	Pär, Emerson, Keenan, Andreas 2017 KI 16.00 - 17.00	Annika 09-10 KI 10.30 -	Agnes & Molly 13-14 KI 10.00 - 11.30
Annika, Thomas 09-10 KI 17.15 - 19.15	Annika 09-10 KI 17.15 - 19.15	Jonas B, Nils, Yasin 2014 KI 18.00 - 19.00	Annika, Marco 09-10 KI 17.15 - 19.15	Lo, Michelle & Amanda 2017 KI 17.00 - 18.00	Staffan - Stavhopp, prel 09-11 KI 11.00 - 13.00	Joel 10-11 KI 11.30 - 13.30
Sander, Måns - Medeldistans 11-13 KI 16.00 - 17.15	Staffan - Stavhopp, prel 09-11 KI 17.30 - 19.00		Torsdagsgruppen 11-12	Elsa & Aylin 2017 KI 17.00 - 18.00	Mira & Daniel 2013 KI 10.00 - 11.30	Dana, Eron & Nada 16-17 KI 11.00 - 12.00
Ramona, Conny, Nils 2014 KI 17.00 - 18.00	Daniel, Mira 2013 KI 17.30 - 19.00		Hannah, Sofie, Amila, Othilia 13-14 KI 17.30 - 19.00	Matilda & Anna 2016 KI 17.15 - 18.15	Lykke & Amelia 15-16 KI 12.00 - 13.00	Elsa & Aylin 2017 KI 11.00 - 12.00
			Agnes & Molly 13-14 KI 17.15 - 18:30	Sara M & Erik 2016 KI 17.15 - 18.15	Emilia, Bastian, Camilla, Joel 2016 KI 12.30 - 13.45	Lo, Michelle & Amanda 2017 KI 14.00 - 15.00
				Svea, Elsa & Emma 14-15 KI 17.15 - 18.30		Taner, Ninna, Martin 2018 KI 14.00 - 15.00
Atleticum	Atleticum	Atleticum	Atleticum			
Mathilda, Elin, Amad, Thomas 18-19 NY KI 17.00 - 18.00	Dana, Eron & Nada 16-17 KI 17.00 - 18.00	Svea, Elsa, Emma 14-15 KI 17.00 - 18.00	Christian, Marie, Christina 15-16 KI 17.00 - 18.00			
	Pär, Emerson, Keenan, Andreas 2017 KI 17.00 - 18.00	Elly, Elsa, Filippa 2016 KI 17.00 - 18.00	Therese, Milla & Nathalie 2018 KI 17.00 - 18.00			
	Caroline, Richard 18-19 KI 17.00 - 18.00	Sara M, Erik 2016 KI 17.00 - 18.00	Jakob & Ludvig 2018 KI 17.00 - 18.00			
	Helen, Yennifer & Farah 2017 KI 17.00 - 18.00	Emilia, Bastian, Camilla, Joel 2016 NY KI 17.30 - 18.45	Vera, Isabelle, Felicia 2019 KI 17.00 - 18.00			
			Kayla, Fatou, Martha 2019 KI 17.00 - 18.00			
Kastplan / Atleticum		Kastplan / Atleticum	Kastplan / Atleticum		Kastplan / Atleticum	
André - Kast KI 17.00 - 19.15		André - Kast KI 17.30 - 19.30	Mira & Staffan 08-10 KI 17.00 - 19.00		Håkan 04-05 KI 13.00 - 15.00	
Håkan 04-05 KI 17.30 - 19.30			Håkan 04-05 KI 17.30 - 19.30			Kastplan / Atleticum
						Håkan 04-05 KI 10.00 - 12.00

Med reservation för ändringar, senast ändrad:
2026-08-25