

Träningsprogram våren 2014

-05-06-gruppen

Vecka	Tisdag	Torsdag	Lördag	Söndag
14	1/4 Säsongsupptakt med Sprint-bana KG	3/4 Fart & Lek, KG	6/4 Enenracet (Enköping)	
15	8/4 Teknikträning KG		12/4 Lännasprinten	13/4 Rånässtafetten
16	15/4 Påskäggs-OL. Se hemsidan för mer info.			
17	22/4 Teknikträning KG		26/4 Uppsala möte IF Thor	27/4 Uppsala Möte OK Linné – delta i tävlingen eller hjälp till som funktionär!
18	29/4 Teknikträning KG	1/5 Fart & Lek, KG		
19	6/5 Teknikträning	8/5 Fart & Lek, KG		
20	13/5 U-ringen L-100 IF		16-18 maj Tour de Medelpad, klubbresa till Sundsvall.	
21	20/5 U-ringen OK Linné	22/5 Närtävling (Obs lägsta nivå är gul)	24/5 Distriktsläger Enköping	25/5 Distriktsläger Enköping
22	27/5 U-ringen IF Thor			1/6 SM-sprint – kom och heja på Sverige-eliten vid slottet eller hjälp till som funktionär!
23	3/6 Teknikträning KG	5/6 Fart & Lek, KG	6/6 Ekebyloppet – delta i löptävlingen eller hjälp till som funktionär!	
24	10/6 Avslutning KG	12/6 Sprint-KM		

- Alla träningar börjar 18:00 om inget annat anges.