

# GUIF träningstider 2018-2019 Gäller fr.o.m. 2018-09-10

**Ledig tid**

**Jourvaktmästare 070-340 24 23**

Måndag		Tisdag		Onsdag		Torsdag		Fredag		Lördag		Rekommenderad träningsmängd		
STIGA Sports A1		STIGA Sports A1		STIGA Sports A1		STIGA Sports A1		STIGA Sports A1				B-ungdom	Stor hall	2 x 1,5
16.00-17.30	Herr A	16.00.17.30	Herr A	16.00.17.30	Herr A	16.00-17.30	Herr A	16.00-17.30	Herr A			C-ungdom	Stor hall	2 x 1
17:30-19:00	GP/HJ	17:30-19:00	Dam A	17.30-19.00	Dam A	17.30-19.00	F03	17.30-19.00	Dam A			D-ungdom	Mindre hall	2 x 1
19:00-20:30	F03	19.00-20.30	P02	19:00-20:30	GP/HJ	19:00-20:30	P02	19:00-19:30				Knattar	Liten hall	1 x 1
20:30-22:00	P02	20:30-22:00		20:30-22:00	F03	20:30-22:00	P03							

STIGA Sports A2		STIGA Sports A2		STIGA Sports A2		STIGA Sports A2		STIGA Sports A2	
16.00-17.30	F05			19:30-20:45	P04			16.00-17.30	F05
				20:45-22:00				17.30-18.30	GP
								18:30-19:30	HJ
								19:30-21:00	Matchtid

Ellfolk Arena		Ellfolk Arena		Ellfolk Arena		Ellfolk Arena		Ellfolk Arena	
19:30-20:45	P04	16:00-17:00				18:15-19:30	F08		
		17:00-18:15	F06			19:30-20:45	F04		
		18:15-19:30	P06			20:45-22:00	P04		

GUIF HALLEN, kväll		GUIF HALLEN, kväll		GUIF HALLEN, kväll		GUIF HALLEN, kväll		GUIF HALLEN, kväll	
16:00-17:00		17:00-18:00	P10	16:00-17:30	F05	17:00-18:00	P11	15:00-16:30	P04
17:00-18:30	P06	18:00-19:30	F08	17:30-19:00	P07	18:00-19:30	F06	16:30-18:00	F06
18:30-20:00	P07	19:30-21:00	F04	19:00-20:30	P03	19:30-21:00	P06	18:00-19:30	
20:00-21:30	P03			20:30-22:00					

HALLEN, DAGTID		GUIF HALLEN, DAGTID		GUIF HALLEN, DAGTID		GUIF HALLEN, DAGTID		GUIF HALLEN, DAGTID		GUIF HALLEN, DAGTID	
		08:00-10:30	Brit. Jr 45-16	08:00-10:15	Brit. Jr 45-16	08:00-10:30	Brit. Jr 45-16	08:00-10:00	Brit. Jr	08:30-09:30	Bollskola
										09:30-10:30	Bollskola
						13:20-15:30	Brit. Jr 45-16			10:30-12:00	F10
										12:00-13:30	F07

Gymnastikhallar, yta		
STIGA Sports A1		40x20
STIGA Sports A2		40x20
STIGA Sports B		40*20
STIGA Sports C		40*20
Ellfolk Arena		40x20
GUIF-hallen		40x18
Skiftingskolan		38x19
Rekarneskolan		38x18
Årbyskolan		36x18
Torshargshallen		36x18
Odlarskolan		36x18
Gökstensskolan		36x18
Skogstorpskolan		34x13
Stålforskskolan		32x16
Djurgårdsskolan		32x16
Tegelviken		22x18

