

Träningsdagbok

Sommaren 2025

Juni/Juli/Augusti

Datum	Dag	Aktivitet	Träningslängd
27-jun	Fredag		
28-jun	Lördag		
29-jun	Söndag		
30-jun	Måndag		
01-jul	Tisdag		
02-jul	Onsdag		
03-jul	Torsdag		
04-jul	Fredag		
05-jul	Lördag		
06-jul	Söndag		
07-jul	Måndag		
08-jul	Tisdag		
09-jul	Onsdag		
10-jul	Torsdag		
11-jul	Fredag		
12-jul	Lördag		
13-jul	Söndag		
14-jul	Måndag		
15-jul	Tisdag		
16-jul	Onsdag		
17-jul	Torsdag		
18-jul	Fredag		
19-jul	Lördag		
20-jul	Söndag		
21-jul	Måndag		
22-jul	Tisdag		
23-jul	Onsdag		
24-jul	Torsdag		
25-jul	Fredag		
26-jul	Lördag		
27-jul	Söndag		
28-jul	Måndag		
29-jul	Tisdag		
30-jul	Onsdag		
31-jul	Torsdag		
01-aug	Fredag		
02-aug	Lördag		

Lämnas till Jesper eller mailas till agngatan11@hotmail.com

När gemensama träningen startas upp