Friidrottsskolan 20xx: Vecka xx måndag-fredag kl xx-xx

**Preliminärt upplägg**

| Dag | ansvariga  ledare | ungdoms-  ledare | Grenar, förslag | mellis | övrigt |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Måndag 11/8 |  |  | Spjut  Sprint  Slägga | Yoghurt | Hälsa alla välkomna  Träning i höst |
| Tisdag  12/8 |  |  | Höjd  Häck  Längd | Smörgås |  |
| Onsdag  13/8 |  |  | Diskus  Kula  Tresteg | Yoghurt |  |
| Torsdag  14/8 |  |  | Höjd  Slägga  Terräng | Smörgås |  |
| fredag  15/8 |  |  | Trekamp | Korv med bröd | Avslutning  Diplomutdelning |