|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Annan sport  60 min | Styrka  45 minuter | Distanslöpning  45 min | Fotbollsteknik  45 min | Intervaller  45 min |
| Simning  30 min | Fotbollsteknik  45 min | Intervaller  45 min | Distanslöpning  45 min | Styrka  45 min |
| Intervaller  45 min | Distanslöpning  45 min | Annan sport  60 min | Intervaller  45 min | Fotbollsteknik  45 min |
| Distanslöpning  45 min | Styrka  45 min | Fotbollsteknik  45 min | Simning  30 min | Annan sport  60 min |
| Intervaller  45 min | Fotbollsteknik  45 min | Intervaller  45 min | Distanslöpning  45 min | Styrka  45 minuter |

SOMMARBINGO SIF P06