

## Träningsider Vretalund 2025

Plan	Tid	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
5-plan 1	16:00					
	16:30					
	17:00	<b>P17</b> 17:00-18:30				<b>P17</b> 17:00-18:30
	17:30				<b>P18</b> 17:30-18:30	
	18:00		<b>F16</b> 18:00-19:00		<b>F16</b> 18:30-19:30	
	18:30					
	19:00					
	19:30					
	20:00					
	20:30					
21:00						
5-plan 2	16:00					
	16:30					
	17:00	<b>F17/18</b> 17:00-18:00				<b>F17/18</b> 17:00-18:00
	17:30					
	18:00	<b>P16</b> 18:00-19:30				<b>P16</b> 18:00-19:30
	18:30					
	19:00					
	19:30					
	20:00					
	20:30					
21:00						
7-plan 1	16:00					
	16:30					
	17:00	<b>P14</b> 17:00-18:30				<b>P14</b> 17:30-19:00
	17:30					
	18:00			<b>P14</b> 18:00-19:30		
	18:30	<b>F12/13</b> 18:30-20:00				<b>P13</b> 18:30-20:00
	19:00					
	19:30					
	20:00					
	20:30					
21:00						
7-plan 2	16:00					
	16:30					
	17:00	<b>P15</b> 17:00-18:30				
	17:30					
	18:00			<b>P15</b> 18:00-19:30	<b>F14/15</b> 18:00-19:30	
	18:30	<b>F14/15</b> 18:30-20:00	<b>P13</b> 18:30-20:00			
	19:00					
	19:30					
	20:00					
	20:30					
21:00						
A-plan	16:00					
	16:30					
	17:00					
	17:30					
	18:00		<b>F09/10/11</b> 18:00-19:30	<b>F12/13</b> 18:00-19:30	<b>F09/10/11 &amp; Damer</b> 18:00-19:30	
	18:30					
	19:00					
	19:30					
	20:00					
	20:30					
21:00						

## Träningsider Vretalund 2025

Lördag					
Tid	5-plan 1	5-plan 2	7-plan 1	7-plan 2	A-plan
9:00					
9:30	<b>PF19</b>				
10:00	<b>09:30-10:30</b>				
10:30					
11:00					
11:30					
12:00					
12:30					
13:00					
13:30					
14:00					
14:30					
15:00					
15:30					
16:00					
16:30					
17:00					
17:30					
18:00					
18:30					
19:00					
19:30					
20:00					
20:30					
21:00					

Söndag					
Tid	5-plan 1	5-plan 2	7-plan 1	7-plan 2	A-plan
9:00					
9:30					
10:00					
10:30					
11:00					
11:30					
12:00					
12:30					
13:00					
13:30					
14:00					
14:30					
15:00					
15:30					
16:00					
16:30					
17:00					<b>F09/10/11 &amp;</b>
17:30					<b>Damer</b>
18:00					<b>17:00-18:30</b>
18:30					
19:00					
19:30					
20:00					
20:30					
21:00					