



Träningsstider 2026-2027

Vecka	Måndag		Onsdag		Torsdag		Fredag
40	GUL	SVART	SVART	VIT	GUL	VIT	ALLA
41	SVART	VIT	GUL	VIT	GUL	SVART	ALLA
42	GUL	VIT	GUL	SVART	SVART	VIT	ALLA
43	SVART	VIT	GUL	SVART	GUL	VIT	ALLA
44	GUL	SVART	GUL	VIT	SVART	VIT	ALLA
45	GUL	VIT	SVART	VIT	GUL	SVART	ALLA
46	GUL	SVART	SVART	VIT	GUL	VIT	ALLA
47	SVART	VIT	GUL	VIT	GUL	SVART	ALLA
48	GUL	VIT	GUL	SVART	SVART	VIT	ALLA
49	SVART	VIT	GUL	SVART	GUL	VIT	ALLA
50	GUL	SVART	GUL	VIT	SVART	VIT	ALLA
51	GUL	VIT	SVART	VIT	GUL	SVART	ALLA
52	GUL	SVART	SVART	VIT	GUL	VIT	ALLA
53	SVART	VIT	GUL	VIT	GUL	SVART	ALLA
1	GUL	VIT	GUL	SVART	SVART	VIT	ALLA
2	SVART	VIT	GUL	SVART	GUL	VIT	ALLA
3	GUL	SVART	GUL	VIT	SVART	VIT	ALLA
4	GUL	VIT	SVART	VIT	GUL	SVART	ALLA
5	GUL	SVART	SVART	VIT	GUL	VIT	ALLA
6	SVART	VIT	GUL	VIT	GUL	SVART	ALLA
7	GUL	VIT	GUL	SVART	SVART	VIT	ALLA
8	SVART	VIT	GUL	SVART	GUL	VIT	ALLA
9	GUL	SVART	GUL	VIT	SVART	VIT	ALLA
10	GUL	VIT	SVART	VIT	GUL	SVART	ALLA
11	GUL	SVART	SVART	VIT	GUL	VIT	ALLA
12	SVART	VIT	GUL	VIT	GUL	SVART	ALLA
13	GUL	VIT	GUL	SVART	SVART	VIT	ALLA

Vecka	GUL	SVART	VIT
40	Måndag/Torsdag	Måndag/Onsdag	Onsdag/Torsdag
41	Onsdag/Torsdag	Måndag/Torsdag	Måndag/Onsdag
42	Måndag/Onsdag	Onsdag/Torsdag	Måndag/Torsdag
43	Onsdag/Torsdag	Måndag/Onsdag	Måndag/Torsdag
44	Måndag/Onsdag	Måndag/Torsdag	Onsdag/Torsdag
45	Måndag/Torsdag	Onsdag/Torsdag	Måndag/Onsdag
46	Måndag/Torsdag	Måndag/Onsdag	Onsdag/Torsdag
47	Onsdag/Torsdag	Måndag/Torsdag	Måndag/Onsdag
48	Måndag/Onsdag	Onsdag/Torsdag	Måndag/Torsdag
49	Onsdag/Torsdag	Måndag/Onsdag	Måndag/Torsdag
50	Måndag/Onsdag	Måndag/Torsdag	Onsdag/Torsdag
51	Måndag/Torsdag	Onsdag/Torsdag	Måndag/Onsdag
52	Måndag/Torsdag	Måndag/Onsdag	Onsdag/Torsdag
53	Onsdag/Torsdag	Måndag/Torsdag	Måndag/Onsdag
1	Måndag/Onsdag	Onsdag/Torsdag	Måndag/Torsdag
2	Onsdag/Torsdag	Måndag/Onsdag	Måndag/Torsdag
3	Måndag/Onsdag	Måndag/Torsdag	Onsdag/Torsdag
4	Måndag/Torsdag	Onsdag/Torsdag	Måndag/Onsdag
5	Måndag/Torsdag	Måndag/Onsdag	Onsdag/Torsdag
6	Onsdag/Torsdag	Måndag/Torsdag	Måndag/Onsdag
7	Måndag/Onsdag	Onsdag/Torsdag	Måndag/Torsdag
8	Onsdag/Torsdag	Måndag/Onsdag	Måndag/Torsdag
9	Måndag/Onsdag	Måndag/Torsdag	Onsdag/Torsdag
10	Måndag/Torsdag	Onsdag/Torsdag	Måndag/Onsdag
11	Måndag/Torsdag	Måndag/Onsdag	Onsdag/Torsdag
12	Onsdag/Torsdag	Måndag/Torsdag	Måndag/Onsdag
13	Måndag/Onsdag	Onsdag/Torsdag	Måndag/Torsdag