

# TRÄNINGSSCHEMA VÅREN 2023

Vanliga veckor

## Måndagar

|             |            |  |         |
|-------------|------------|--|---------|
| 17.30-19.00 | Ungdomar   |  | Gabriel |
| 19.00-21.00 | Ledig slot |  |         |

## Tisdagar

|             |               |  |        |
|-------------|---------------|--|--------|
| 18.00-20.00 | Tävlingsgrupp |  | Andras |
| 19.30-21.00 | Ledig slot    |  |        |

## Onsdagar

|             |             |  |         |
|-------------|-------------|--|---------|
| 17.30-19.00 | Ungdomar    |  | Kerstin |
| 19.00-21.00 | Frifäktning |  | Kerstin |

## Torsdag

|             |               |  |         |
|-------------|---------------|--|---------|
| 17.30-19.00 | Ungdomar      |  | Gabriel |
| 19.00-21.00 | Tävlingsgrupp |  | Gabriel |

## Fredag

|             |                     |  |  |
|-------------|---------------------|--|--|
| 17.30-19.30 | Extrapass vid behov |  |  |
|-------------|---------------------|--|--|

Fäktskoleveckor

Vecka 5-11

## Måndagar

|             |                      |  |         |
|-------------|----------------------|--|---------|
| 17.00-18.15 | Fäktskola - Ungdomar |  | Gabriel |
| 18.15-19.45 | Ungdomar             |  | Gabriel |
| 19.45-21.30 | Ledig slot           |  |         |

## Tisdagar

|             |                          |  |         |
|-------------|--------------------------|--|---------|
| 17.30-19.45 | Tävlingsgrupp            |  | Andras  |
| 19.45-21.15 | Fäktskola - Tonår, Vuxna |  | Gabriel |

## Onsdagar

|             |             |  |         |
|-------------|-------------|--|---------|
| 17.30-19.00 | Ungdomar    |  | Kerstin |
| 19.00-21.00 | Frifäktning |  | Kerstin |

## Torsdag

|             |               |  |         |
|-------------|---------------|--|---------|
| 17.30-19.00 | Ungdomar      |  | Gabriel |
| 19.00-21.00 | Tävlingsgrupp |  | Gabriel |

## Fredag

|             |                     |  |  |
|-------------|---------------------|--|--|
| 17.30-19.30 | Extrapass vid behov |  |  |
|-------------|---------------------|--|--|

Detta är hvudtiderna att förhålla sig till. Givetvis tränar de som vill tävla även på tider som benämns "Ungdomar" och på frifäktningspassen

På de lediga slotterna kan vi lägga in extra träningspass, lektioner, styrketräning, lek m.m. För att få nyttja en sådan tid ska överenskommelse göras med någon av tränarna. Tiden är även öppen för att kunna få in extra fäktskolor om så behövs.