

Treningstider høsten 2008



Stjernehallen

| Mandag | Tirsdag | Onsdag | Torsdag | Fredag | Lørdag | Søndag |
|-----------------------------------|---------|--------|---------|---------------------------------------|--------|----------------------------------|
| Rekrutter 14:40-15:30 | | | | | | |
| Gruppe 1 15:30-17:00 | | | | | | |
| Aspiranter 16:10-17:00 | | | | | | |
| Gruppe 2 17:00-17:50 | | | | Skøyteskole 18:00-18:50 | | |
| Skøyteskole 17:00-17:50 | | | | Aspiranter 18:00-18:50 | | Gruppe 1 19:00-19:50 |
| | | | | Gruppe 1 og 3 (18:50-19:50) | | Gruppe 2 (19:50-21:00) |



Ungdomshallen Sparta Amfi

| Mandag | Tirsdag | Onsdag | Torsdag | Fredag | Lørdag | Søndag |
|--------|--|--------|---------|-----------------------------------|---|--|
| | | | | | | Løpstrening (Amfi) (09:00-10:40) |
| | Løpstrening (Amfi) (15:00-15:50) | | | Rekrutter (15:30-16:30) | Gruppe 1 Barmark (11:50-12:35) | Asp+Rekr. (10:40-11:30) |
| | Gruppe 1 (15:30-16:30) | | | Gruppe 2 (16:30-17:20) | Asp+Rekr. Barmark (12:40-13:15) | Skøyteskolen (11:30-12:20) |
| | Asp+Rekr. (16:30-17:30) | | | | Gruppe 1 (13:30-14:30) | |
| | Skøyteskole (17:30-18:30) | | | | Gruppe 2 (14:30-15:30) | |