



# Schema vårterminen 2024

## Rehabinriktad träning (RIT)

	Tisdag				Onsdag		Torsdag	
Vecka/Tid	9.30-10.30	10.45-11.30	12.30-13.30	13.45-14.30	9.30-10.30	10.30-11.30	12.30-13.30	13.45-14.45
v. 2-24	Teknik	Grundträning / Bassäng*	Teknik	Kondition Gemensam träning	Teknik / egenträning	Teknik	Teknik	Grundträning / Bassäng*

\*Bassängträningen är på tisdagar kl. 10.45-11.30 jämna veckor och på torsdagar kl. 13.45-14.45 ojämna veckor.

### Träningen ändrad eller inställd:

- Skärtorsdag 28 mars v. 13 är träningen på förmiddagen kl. 9.30-11.30.
- Torsdag v. 19 och torsdag v. 23 är träningen inställd p g a röd dag.