

Treningstider på Marienlyst utesesongen 2018.



Oppstart uke 18

Dag	Tid	Gruppe	Trenere
Mandag	18:00-19:30	Fra 2005 og eldre Tekniske øvelser + løpeøkt på gress	Alfred + tekniske trenere
Tirsdag Hoved-treningsdag. (Nye utøvere ønskes velkommen her! Det er bare å møte opp på trening)	17:30-18:30	2009 og yngre	
	17:30-19:00	2007 og 2008	Mari, Per Lasse, Anne
	17:30-19:00	2005 og 2006	Mette, Hanne, Erik
	18:00-20:00	2003 og 2004	Dag Frode
	18:00-20:00	2002 og eldre	Alfred
	18:30-20:00	Distansegruppe /alle som ikke trener tekniske øvelser	Afework, Hans Martin
Onsdag			
Torsdag	18:00-20:00	07,06, 05	Hanne, Per Lasse, Marjon, Anne, Egil, Alfred, tekniske trenere
	18:00-20:00	2004 og eldre som trener tekniske øvelser	
	18:30-20:00	Distansegruppe /alle som ikke trener tekniske øvelser	Hans Martin, Afework
Fredag	16:00-1730	Tekniske øvelser etter avtale med konkurranseutøvere	Alfred Tekniske trener
Lørdag/søndag	Konkurranser/ trening etter avtale med trenere		