

Träningsstider Friidrottens Hus

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
7:00 - 8:00	07:00-22:00	07:00-22:00	07:00-22:00	07:00-22:00	07:00-22:00		
8:00 - 9:00	FIG-träning 08:00-9:00		FIG-träning 08:00-9:00		FIG-träning 08:00-9:00		motionärer, varvslöpare
9:00 - 9:30						Ungdom 2008-2010 09:00-11:00	ungdom 2008-2010 09:00-11:00
9:30 - 10:00							
10:00 - 10:30							
10:30 - 11:00							
11:00 - 11:30							
11:30 - 12:00							
12:00 - 12:30							
12:30 - 13:00							
13:00 - 13:30							
13:30 - 14:00							
14:00 - 14:30							
14:30 - 15:00							
15:00 - 15:30							
15:30 - 16:00							
16:00 - 16:30							
16:30 - 17:00							
17:00 - 17:30							
17:30 - 18:00							
18:00 - 18:30							
18:30 - 19:00							
19:00 - 19:30							
19:30 - 20:00							
20:00 - 20:30							
20:30-21:00							
21:00-22:00							