Veckoschema Friidrottens Hus hösten 2023 (grönt = födda 2009 och tidigare)

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
8:00 - 9:00	08:00-21:00 FIG-träning 07:30-9:00	08:00-21:00	08:00-21:00 FIG-träning 07:30-9:00	08:00-21:00	08:00-20:00 FIG-träning 07:30-9:00		
9:00 - 9:30						09:00-17:00 Ungdom, 2010-2014 09:00-10:00	09:00-19:00 Ungdom, 2010-2014 09:00-10:00
9:30 - 10:00							
10:00 - 10:30						Ungdom, 2010-2011 10:00-11:00	Ungdom, 2010-2011 10:00-11:00
10:30 - 11:00							
11:00 - 11:30							
11:30 - 12:00							
12:00 - 12:30						2009 & tidigare inkl. motion / veteran på ordinarie öppettider	2009 & tidigare inkl. motion / veteran på ordinarie öppettider
12:30 - 13:00	2009 & tidigare	2009 & tidigare	2009 & tidigare	2009 & tidigare	2009 & tidigare		
13:00 - 13:30							Ungdom, 2010-2014 13:00-16:00
13:30 - 14:00							
14:00 - 14:30						Ungdom, 2010-2014 14:00-17:00	
14:30 - 15:00	Motion/veteran 08.00-15.00	Motion/veteran 08.00-15.00	Motion/veteran 08.00-15.00	Motion/veteran 08.00-15.00	Motion/veteran 08.00-15.00		
15:00 - 15:30							
15.30 - 16:00			FIG-träning 15:30-17:00				
16:00 - 16:30							Ungdom 2010-2014 16:00-19:00
16:30 - 17:00							
17:00 - 17:30							
17:30 - 18:00							
18:00 - 18:30			Ungdom 2012-2014 18:00-19:30		Ungdom, 2010-2014 18:00-20.00		
18:30 - 19:00							
19:00 - 19:30					Motion / veteran 19.00-20.00		
19:30 - 20:00	Ungdom, 2010-2014 19:30-21.00	Ungdom, 2010-2014 19:30-21.00	Ungdom 2010-2011	Ungdom 2010-2014 19:30-21.00			
20:00 - 20:30	Motion / veteran 20.00-21.00	Motion / veteran 20.00-21.00	Motion / veteran 20.00-21.00 19.30-21.00	Motion / veteran 20.00-21.00			
20:30 - 21:00							