

Delfin 3 (2008 og eldre)							
		Treningstid svøm	Treningstid basis	Svøm	Basis	Trener	Kommentar
Mandag	Morgen Kveld						
Tirsdag	Morgen Kveld	19.00-20.00	18.20-18.50	1	0,5	Sirild	Dennis som ekstratrener
Onsdag	Morgen Kveld						
Torsdag	Morgen Kveld	18.00-19.00	19.10-19.40	1	0,5	Sirild	Dennis som ekstratrener
Fredag	Morgen Kveld						
Lørdag	Morgen Kveld						
Søndag	Morgen Kveld	 18.00-19.00	 17.20-17.50	 1	 0,5	 Malene/Nikoline/Sirild/Dennis	 Fellesøkt delfin, varierer hvem av de faste trenerne som er der.
Antall mulige treningstimer pr uke				3	1,5	4,5	