

E2-partiet

		Treningstid svøm	Treningstid basis	Svøm	Basis	Trener	Kommentar
Mandag	Morgen						
	Kveld	19.00-20.00	18.20-18.50	1	0,5	Oscar	
Tirsdag	Morgen						
	Kveld	19.00-20.00	18.20-18.50	1	0,5	Oscar	
Onsdag	Morgen						
	Kveld						
Torsdag	Morgen						
	Kveld	19.00-20.00	18.20-18.50	1	0,5	Oscar på svøm	Egen oppvarming. Kan noen ganger være fellesøkt med Vill i vann
Fredag	Morgen						
	Kveld	17.30-19.00	16.50-17.20	1,5	0,5	Oscar	
Lørdag	Morgen	07.00-09.00	09.30-10.30	2	1	Mia	Styrketrening på basis
	Kveld						
Søndag	Morgen						
	Kveld						
Antall mulige treningstimer pr uke				6,5	3	9,5	