

D-partiet							
		Treningstid svøm	Treningstid basis	Svøm	Basis	Trener	Kommentar
Mandag	Morgen						
	Kveld	16.30-18.00	18.10-18.40	1,5	0,5	Mia	Fellestrening med E1-partiet
Tirsdag	Morgen						
	Kveld	18.00-19.00	17.00-17.50	1	0,75	Mia	Styrketrening på basis
Onsdag	Morgen	06.00-08.00		2		Mia	
	Kveld						
Torsdag	Morgen	06.00-08.00		2		Magnus	Dette er økt nr 6 for de ivrigste.
	Kveld						
Fredag	Morgen						
	Kveld	17.30-19.00	16.50-17.20	1,5	0,5	Mia	Fellestrening med E1-partiet
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				10	2,75	12,75	