

Schema träningar VT25

MÅNDAG

tid	bana	Bana 11	Bana 12	Bana 13	Bana 14	Bana 15	Bana 16
15.00-15.30		Elit Dam					
15.30-16.00		Sebastian Akesson-Holm					
16.00-16.30							
16:30-17:00							
17.00-17.30		Pojkar Brun	Pojkar Ljusrosa	Junior Mixed Svart	Junior Mixed Lila	Junior Mixed Vit	Pojkar Violet
17.30-18.00		Isabel Berg	Katrin Snorraddottir	Lily Friberg	Paul Jenzen	Simon Lagerqvist	Winston Seal
18.00-18.30		Dam Serie 3	Dam Serie 3	Dam Serie 3	Dam Serie 2	Dam Serie 2	Dam Serie 2
18.30-19.00							
19.00-19.30							
19.30-20.00		Dam Serie 1	Dam Serie 1	Dam Serie 1	Dam Serie 4A	Dam Serie 4A	Dam Serie 4A
20.00-20.30							
20.30-21.00							
21.00-21.30		Dam Serie 5A	Dam Serie 5A	Dam Serie 5A	Dam Serie 4B	Dam Serie 4B	Dam Serie 4B
21.30-22.00							
22.00-22.30							

Måndag forts.

tid	bana	Bana 7	Bana 8	Bana 9	Bana 10
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					

Måndag forts.

tid	bana	Bana 1	Bana 2	Bana 3	Bana 4	Bana 5	Bana 6
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							
21.00-21.30							

Schema träningar VT25

TISDAG

tid	bana	Bana 11	Bana 12	Bana 13	Bana 14	Bana 15	Bana 16
15.30-16.00							
16.00-16.30	Elit Dam						
16.30-17.00	Sebastian Åkesson-Holm	Utmanare Junior Dam	Flickor Rosa	Flickor Lila	Flickor Indigo	Flickor Gul	
17.00-17.30		Rasmus Boström	Rasmus Wendel	Nova Ternström	Marina Smyth Samsjö	Vera-Linh Olausson	
17.30-18.00							
18.00-18.30	Herr Serie 3	Herr Serie 3	Herr Serie 3	Herr Serie 2	Herr Serie 2	Herr Serie 2	
18.30-19.00							
19.00-19.30							
19.30-20.00	Herr Serie 1	Herr Serie 1	Herr Serie 1	Herr Serie 4A	Herr Serie 4A	Herr Serie 4A	
20.00-20.30							
20.30-21.00							
21.00-21.30	Herr Serie 5A	Herr Serie 5A	Herr Serie 5A	Herr Serie 4B	Herr Serie 4B	Herr Serie 4B	
21.30-22.00							
22.00-22.30							

Tisdag forts.

tid	bana	Bana 7	Bana 8	Bana 9	Bana 10
16.00-16.30					
16.30-17.00	Flickor Grå	Flickor Marinblå	Flickor Beige	Flickor Grön	
17.00-17.30	Frida Von Krusenstjerna	Celina Garcia Storränk	Kajsa Gomez	Tage Winberg Östebo	
17.30-18.00					
18.00-18.30					
18.30-19.00					
19.00-19.30					
19.30-20.00					

Tisdag forts.

tid	bana	Bana 1	Bana 2	Bana 3	Bana 4	Bana 5	Bana 6
17.30-18.00							
18.00-18.30					Elitserie Herr	Elitserie Herr	Elitserie Herr
18.30-19.00							
19.00-19.30		Herr Serie 5B - Träning					
19.30-20.00		Louise Månesköld					
20.00-20.30		Herr Serie 5A - Träning			Herr Serie 5B	Herr Serie 5B	Herr Serie 5B
20.30-21.00		Louise Månesköld					
21.00-21.30							

Schema träningar VT25

ONSDAG

tid	bana	Bana 11	Bana 12	Bana 13	Bana 14	Bana 15	Bana 16
11.30-12.00							
12.00-12.30							
12.30-13.00							
16.00-16.30	Elit Herr						
16.30-17.00	Elvir Rakovic	Junior Mixed Orange	Junior Mixed Blå	Junior Mixed Rosa	Junior Mixed Grå	Pojkar Havsblå	
17.00-17.30		Katrin Snorradottir	Isabel Berg	Lily Friberg	Bianca Bjärneroth	Meja Ottosson	
17.30-18.00							
18.00-18.30	Elit Junior Herr	Elit Junior Dam	Utmanare Junior Dam	Herr Serie 6B	Herr Serie 6B	Herr Serie 6B	
18.30-19.00	Elvir Rakovic	Martin Appelgren	Rasmus Boström				
19.00-19.30				Herr Serie 6A	Herr Serie 6A	Herr Serie 6A	
19.30-20.00	Utmanare Junior Herr	Utmanare Herr 2					
20.00-20.30	Rasmus Boström	Carl Petersson		Dam Serie 6A	Dam Serie 6A	Dam Serie 6A	
20.30-21.00							
21.00-21.30					Onsdag Mixed	Onsdag Mixed	
21.30-22.00					Rasmus Boström	Rasmus Boström	
22.00-22.30							

Onsdag forts.

tid	bana	Bana 7	Bana 8	Bana 9	Bana 10
16.00-16.30					
16.30-17.00	Onsdag Mixed	Onsdag Mixed	Onsdag Mixed	Onsdag Mixed	
17.00-17.30	Simon Lagerqvist	Rasmus Boström	Ray Hage	Paul Janzen	
17.30-18.00					
18.00-18.30					

Onsdag forts.

tid	bana	Bana 1	Bana 2	Bana 3	Bana 4	Bana 5	Bana 6
11.30-12.00	Beachvolley 65+	Beachvolley 65+					
12.00-12.30	Marina Smyth Samsjö	Marina Smyth Samsjö					
12.30-13.00							
16.30-17.00					Onsdag Mixed	Pojkar Vinröd	
17.00-17.30					Tyra Rask	Joel Krook	Herr Serie 6B Träning
17.30-18.00							Zandra Gabriellsson
18.00-18.30							Herr Serie 6A Träning
18.30-19.00							Zandra Gabriellsson
19.00-19.30							Dam Serie 6A Träning
19.30-20.00							Zandra Gabriellsson
20.00-20.30							

Schema träningar VT25

TORSDAG

tid	bana	Bana 11	Bana 12	Bana 13	Bana 14	Bana 15	Bana 16
16.30-17.00							
17.00-17.30		Flickor Ljusgrön	Flickor Orange	Flickor Röd	Flickor Blå	Flickor Svart	Flickor Turkos
17.30-18.00		Nova Ternström	Anderson Lima	Livia Ottosson	Celina Garcia Storränk	Heidrun Snorraddottir	Jenny Törngren
18.00-18.30		Dam Smaragdgrön	Dam Beige	Dam Svart	Dam Gul	Dam Grå	Herr Vinröd
18.30-19.00		Stefan Andreasson	Thea Karlsson	Niklas Wermelin	Rasmus Boström	Oskar Nilzén	Johan Bryntesson
19.00-19.30							
19.30-20.00		Dam Vit	Dam Orange	Dam Röd	Herr Brun	Herr Limegrön	Herr Indigo
20.00-20.30		Martin Appelgren	Ina Hüttenberger	Anderson Lima	Zandra Gabrielsson	Balint Furdek	Eskil Nord
20.30-21.00							
21.00-21.30		Dam Gredelin	Dam Oliv	Dam Cyan	Dam Violet	Dam Turkos	Herr Grön
21.30-22.00		Malin Nilsson	Owais Shahid	Joanne Lau	Heidrun Snorraddottir	Balint Furdek	Anderson Lima
22.00-22.30							

Torsdag forts.

tid	bana	Bana 7	Bana 8	Bana 9	Bana 10
16.30-17.00					Utmanare Herr 1
17.00-17.30			Flickor Limegrön	Flickor Vit	Martin Appelgren
17.30-18.00			Per Ljunggren	Niklas Wermelin	
18.00-18.30				Elit Junior Dam	Herr Blå
18.30-19.00				Martin Appelgren	Linus Olofsson
19.00-19.30					
19.30-20.00				Herr Skogsgrön	Herr Rosa
20.00-20.30				Oskar Nilzén	Rasmus Boström
20.30-21.00					
21.00-21.30		Herr Magenta	Herr Lila	Herr Mossgrön	Herr Solgul
21.30-22.00		Karolina Kärnsund	Per-Olof Mellberg	Rey Yasui	Zandra Gabrielsson
22.00-22.30			Lukas Cronberg		

Schema träningar VT25

LÖRDAG

tid	bana	Bana 11	Bana 12	Bana 13	Bana 14	Bana 15	Bana 16
08.30-09.00							
09.00-09.30	Elit Herr	Elit Dam	Utmanare Junior Dam	Utmanare Herr 2	Herr Grön	Dam Svart	
09.30-10.00	Elvir Rakovic	Sebastian Åkesson-Holm	Rasmus Boström	Elin Westin	Heidrun Snorradottir	Tyra Rask	
10.00-10.30							
10.30-11.00							
11.00-11.30	Elit Junior Herr	Elit Junior Dam	Utmanare Junior Herr	Dam Blå	Dam Röd	Dam Gul	
11.30-12.00	Elvir Rakovic	Martin Appelgren	Rasmus Boström	David Sundkvist	Ray Hage	Balint Furdek	
12.00-12.30							
12.30-13.00							
13.00-13.30							

Schema träningar VT25

SÖNDAG

tid	bana	Bana 11	Bana 12	Bana 13	Bana 14	Bana 15	Bana 16
09.30-10.00							
10.00-10.30		Volleybompa (varannan sönd)					
10.30-11.00		Föräldrar skiftar	Fortsättning Mixed Röd				
11.00-11.30			Pauline Nilsson	Herr Serie 11B Träning			
11.30-12.00				Sanna Nyman/Malin Nilsson			
12.00-12.30		Nybörjare Mixed Gul	Fortsättning Mixed Rosa	Herr Serie 11A Träning	Herr Serie 11B	Herr Serie 11B	Herr Serie 11B
12.30-13.00		Carlos Martin Österdahl	Pauline Nilsson	Sanna Nyman/Malin Nilsson			
13.00-13.30				Herr Serie 10B Träning	Herr Serie 11A	Herr Serie 11A	Herr Serie 11A
13.30-14.00		Fortsättning Mixed Magenta	Fortsättning Mixed Orange	Sanna Nyman/Malin Nilsson			
14.00-14.30		Carlos Martin Österdahl	Tage Winberg Östebo	Herr Serie 10A Träning	Herr Serie 10B	Herr Serie 10B	Herr Serie 10B
14.30-15.00				Sanna Nyman/Malin Nilsson			
15.00-15.30		Nybörjare Mixed Turkos	Fortsättning Mixed Lila	Herr Serie 9B Träning	Herr Serie 10A	Herr Serie 10A	Herr Serie 10A
15.30-16.00		Meja Ottosson	Tage Winberg Östebo	Sanna Nyman/Malin Nilsson			
16.00-16.30				Herr Serie 9A Träning	Herr Serie 9B	Herr Serie 9B	Herr Serie 9B
16.30-17.00		Nybörjare Mixed Vit	Fortsättning Dam Korall	Josefine Tivefälth			
17.00-17.30		Tage Winberg Östebo	Robert Öhrström	Herr Serie 8B Träning	Herr Serie 9A	Herr Serie 9A	Herr Serie 9A
17.30-18.00				Josefine Tivefälth			
18.00-18.30		Fortsättning Mixed Grå	Fortsättning Mixed Grön	Herr Serie 8A Träning	Dam Serie 8A	Dam Serie 8A	Dam Serie 8A
18.30-19.00		Josefine Tivefälth	Robert Öhrström	Anders Göranson			
19.00-19.30				Herr Serie 7B Träning	Dam Serie 7B	Dam Serie 7B	Dam Serie 7B
19.30-20.00		Fortsättning Mixed Blå	Fortsättning Mixed Cyan	Anders Göranson			
20.00-20.30		Josefine Tivefälth	Robert Öhrström	Herr Serie 7A Träning	Dam Serie 7A	Dam Serie 7A	Dam Serie 7A
20.30-21.00				Anders Göranson			
21.00-21.30		Herr Serie 7A	Herr Serie 7A	Herr Serie 7A	Dam Serie 6B	Dam Serie 6B	Dam Serie 6B
21.30-22.00							

Söndag forts.		Bana 4	Bana 5	Bana 6	Bana 7	Bana 10
15.30-16.00						
16.00-16.30						
16.30-17.00						
17.00-17.30					Dam Serie 8A Träning	
17.30-18.00					Meja Ottosson	
18.00-18.30		Herr Serie 8B	Herr Serie 8B	Herr Serie 8B	Dam Serie 7B Träning	
18.30-19.00					Meja Ottosson	
19.00-19.30		Herr Serie 8A	Herr Serie 8A	Herr Serie 8A	Dam Serie 7A Träning	
19.30-20.00					Meja Ottosson	Fortsättning Mixed Vinröd
20.00-20.30		Herr Serie 7B	Herr Serie 7B	Herr Serie 7B	Dam Serie 6B Träning	David Sundkvist
20.30-21.00					Meja Ottosson	
21.00-21.30						
21.30-22.00						