

Treningskjema HØST 2023

FREDAG

Tid	Bane 1	Bane 2	Bane 3
14-15	14:00-15:30 REKRUTT William Meskanen (-11) Iver Haugen (-11) Ole Grønneflåten (-11) Timo Thorgersen (-12)	14:00-15:30 REKRUTT Agnes Emilie Løvik (-12) Aleksandra Heian (-11) Matheo Hunsrød (-11) Herman F Møller (-11)	
15-16	AHN /SM		
	15:30-16:30	15:30-16:30	
16-17			
	16:30-18:00 Grønn Milea Victoria Demidov Thorvaldsen (-09) Lyder Benjamin Fonneland-Sandberg (-09) Lars Sommerstad Kolltveit (-10) Julia Rei (-09)	16:30-18:00 Grønn Carl Olav Akselsen (-09) August Lockertsen (-10) Anton Mosseros (-09)	16:30-17:30 Voksen Nybegginer Ida Guldborg (-79) Camilla Tønnessen (-79) Eline Sedal (-79) Jannike Sumstad (-79) Tonje Kolsrud
17-18	AHN/SM		GZ
	18:00 -20:00	18:00 -20:00 Kraftsenter	18:00 -20:00
19-20			
20-21	20-21	20-21	20-21 GZ