

VECKA	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
17	Styrketräning Utegym 14 + 18.00-18.45 Folkets Park	Tabata 14 + 19.00-19.45 Zigenarbacken	Barnträning 6-14 år 17.15-18.00 Himlabacken	Löpning 14+ 18.30-19.30 Teknikbacken			Kampsportslek 3-5 år 10.30-11.10 Himlabacken
			Fyspass 14+ 18.00-19.00 Himlabacken				Kampsports-teknik 10 år-vuxen 16.00-17.00 Himlabacken
18	Styrketräning Utegym 14 + 18.00-18.45 Folkets Park	Tabata 14 + 19.00-19.45 Zigenarbacken	Barnträning 6-14 år 17.15-18.00 Himlabacken	VALBORG			Kampsportslek 3-5 år 10.30-11.10 Himlabacken
			Fyspass 14+ 18.00-19.00 Himlabacken				Kampsports-teknik 10 år-vuxen 16.00-17.00 Himlabacken

VECKA	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
-------	--------	--------	--------	---------	--------	--------	--------

19		Tabata 14 + 19.00-19.45 Zigenarbacken	Barnträning 6-14 år 17.15-18.00 Himlabacken	Löpning 14+ 19.00-20.00 Samling utanför dojon		Kampsportslek 3-5 år 10.30-11.10 Himlabacken
			Fyspass 14+ 18.00-19.00 Himlabacken			Kampsports-teknik 10 år-vuxen 16.00-17.00 Himlabacken
20	Styrketräning Utegym 14 + 18.00-18.45 Folkets Park	Tabata 14 + 19.00-19.45 Zigenarbacken	Barnträning 6-14 år 17.15-18.00 Himlabacken	Fyspass 14+ 18.00-19.00 Himlabacken		Kampsportslek 3-5 år 10.30-11.10 Himlabacken
			Fyspass 14+ 18.00-19.00 Himlabacken			Kampsports-teknik 10 år-vuxen 16.00-17.00 Himlabacken

VECKA	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
21		Tabata 14 + 19.00-19.45 Zigenarbacken	Barnträning 6-14 år 17.15-18.00 Himlabacken Fyspass 14+ 18.00-19.00 Himlabacken	Löpning 14+ 19.00-20.00 Samling utanför dojon			Kampsports-teknik 10 år-vuxen 16.00-17.00 Himlabacken
22	Styrketräning Utegym 14 + 18.00-18.45 Folkets Park	Tabata 14 + 19.00-19.45 Zigenarbacken	Barnträning 6-14 år 17.15-18.00 Himlabacken Fyspass 14+ 18.00-19.00 Himlabacken	Fyspass 14+ 18.00-19.00 Himlabacken			Kampsports-teknik 10 år-vuxen 16.00-17.00 Himlabacken

VECKA	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
23		Tabata 14 + 19.00-19.45 Zigenarbacken	Barnträning 6-14 år 17.15-18.00 Himlabacken Fyspass 14+ 18.00-19.00 Himlabacken	Löpning 14+ 19.00-20.00 Samling utanför dojon			Kampsports-teknik 10 år-vuxen 16.00-17.00 Himlabacken
24	Styrketräning Utegym 14 + 18.00-18.45 Folkets Park	Tabata 14 + 19.00-19.45 Zigenarbacken	Barnträning 6-14 år 17.15-18.00 Himlabacken Fyspass 14+ 18.00-19.00 Himlabacken				Kampsports-teknik 10 år-vuxen 16.00-17.00 Himlabacken

VECKA	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
25		Tabata 14 + 19.00-19.45 Zigenarbacken	Barnträning 6-14 år 17.15-18.00 Himlabacken Fyspass 14+ 18.00-19.00 Himlabacken	Löpning 14+ 19.00-20.00 Samling utanför dojon	MIDSOMMAR		