FEBRUARI

Månadskalender 2019

1	fredag		
2	lördag		
3	söndag	Skidåkning/löpträning, ansv. Åsa Eriksson	10.00
4	måndag		
5	tisdag	Intervallträning och styrkegympa, Backa, Alla kan vara med.	18.00 - 20.00
6	onsdag		
7	torsdag	Inneträning/soppkväll, Skolan/Backa, ansv. Bladh/Fam. Terent	18.00 - 19.15
8	fredag		
9	lördag	Trogstaloppet skidor	10.00
10	söndag	Skidåkning/löpträning, ansv. Johan Nyman	10.00
11	måndag		
12	tisdag	Intervallträning och styrkegympa, Backa, Alla kan vara med.	18.00 - 20.00
13	onsdag		
14	torsdag	Uteträning/soppkväll, Backa, Leif/ Fam. Karlsson-Johansson	18.00 - 19.15
15	fredag		
16	lördag		
17	söndag	SkidO, Ljusdal, aktivitetskalender på hemsidan vart det är.	
18	måndag		
19	tisdag	Intervallträning och styrkegympa, Backa, Alla kan vara med.	18.00 - 20.00
20	onsdag		
21	torsdag	Uteträning/soppkväll, Backa, ansv. Leif/Ludvig Eriksson	18.00 - 19.15
22	fredag		
23	lördag		
24	söndag	Skidåkning/löpträning, ansv. Mia Forslin	10.00
25	måndag		
26	tisdag	Intervallträning och styrkegympa, Backa, Alla kan vara med.	18.00 - 20.00
27	onsdag		
28	torsdag	Inneträning/soppkväll, Skolan/Backa, ansv. Bladh/Henrik Trolin	18.00 - 19.15