



JANUARI

Månadskalender 2019

1	tisdag	Gott Nytt Orienterings År!	
2	onsdag		
3	torsdag		
4	fredag		
5	lördag		
6	söndag	Skidåkning/löpträning, ansv. Fam Linbergs	10.00
7	måndag		
8	tisdag	Intervallträning och styrkegympa, Backa, Alla kan vara med.	18.00 - 20.00
9	onsdag		
10	torsdag	Uteträning/soppkväll, Backa, ansv Leif/Fam. Thorsell	18.00 - 19.15
11	fredag		
12	lördag		
13	söndag	Skidåkning/löpträning, ansv. Henrik Trolin	10.00
14	måndag		
15	tisdag	Intervallträning och styrkegympa, Backa, Alla kan vara med.	18.00 - 20.00
16	onsdag		
17	torsdag	Inneträning/soppkväll, Skolan/Backa, ansv. Bladh/Anders Trolin	18.00 - 19.15
18	fredag		
19	lördag		
20	söndag	Skid-OL, Skidstadion Öster, arr. Hudiksvalls OK	
21	måndag		
22	tisdag	Intervallträning och styrkegympa, Backa, Alla kan vara med.	18.00 - 20.00
23	onsdag		
24	torsdag	Uteträning/soppkväll, Backa, ansv. Leif/Fredrik Juhlin	18.00 - 19.15
25	fredag		
26	lördag		
27	söndag	Skidåkning/löpträning, ansv. Fam Forsgrens	10.00
28	måndag		
29	tisdag	Intervallträning och styrkegympa, Backa, Alla kan vara med.	18.00 - 20.00
30	onsdag		
31	torsdag	Inneträning/soppkväll, Skolan/Backa, ansv. Bladh/Anki Teike	18.00 - 19.15