tisdag				
Uppv 15,30	Acke	Tresteg	Löp	Hopp S 2
	Jessica	Tresteg	skillmill	Hopp S 2
	Ida	Hopp S 1	Löp	Hopp S 2
	Johanna	Lä - KA rytmik	Löp	Hopp S 2
	Isabelle	Tresteg	skillmill	Hopp S 2
	Jacob	Tresteg	Löp	Hopp S 2
Uppv 17,00	Linn A	Häck	Löp	Hopp S 2
	Julia H	Häck	Löp	Hopp S 2
	Leo	Häck	Löp	Hopp S 2
	Livia	Häck	Lä 17,45 Kula 18,30 Löp	
Uppv 17,45	Erik LT	Längd	Kula 18,30 Stav 19,00 Löp	
	Boman	Längd	Kula 18,30 Löp	
	Wille	Längd	skillmill	Hopp S 2
	Mindor	Längd	Löp	Hopp S 2
	Ruben	Längd	Löp	Hopp S 2
	Babu	Längd	Löp	Hopp S 2
	Linus	Längd	Stav (19,00) Löp	
	Vincent	Längd	Kula 18,30 Stav 19,00 Löp	
Uppv 18,30	Amanda	Tresteg	skillmill	Hopp S 2
	Tuva	Tresteg	skillmill	Hopp S 2
	Bea	Längd	skillmill	Hopp S 2
	Lucas	Längd	skillmill	Hopp S 2
	Julle	Spjut drills	skillmill	Hopp S 2
	Elliot	Längd	Löp	Hopp S 2
	Elsa K	Slä	Hopp S 2	
Uppv 19,00	Julia J	Stav	Löp	Hopp S 2
	Elsa E	Stav	skillmill	Hopp S 2
	Start uppvärmning 19,00			
	19,30	20,00	20,30	
Nathalie	Rehabprogram ca 3 veckor			
Philip	Acc/Block	Stav	Lopp + nedv	
Dio	Längd	Häck	Lopp + nedv	
Edvin LT	Längd	Diskus	Lopp + nedv	
Irving	Längd	Diskus	Lopp + nedv	
Marcus	Längd	Diskus	Lopp + nedv	
Olivia	Längd/Tre	Häck	Lopp + nedv	
Emelie	Längd	Kula	Lopp + nedv	
Vera	Längd	Kula	Skillmill + nedv	
Erik P	Längd/tre	Häck	Lopp + nedv	
Nore	Längd/Tre	Häck	Lopp + nedv	
Isabella	Längd	Häck	Lopp + nedv	
Saga	Kula	stav	Skillmill + nedv	
Hanna	Kula	Längd	Skillmill + nedv	
Josef	Kula	Diskus	Hopp S 3	
Alice	Kula	Längd	Lopp + nedv	
Emma	Kula	Stav	Skillmill + nedv	
Julia S	Kula	Stav	Skillmill + nedv	
Cajsa	Acc/Block	Längd	Lopp + nedv	
Elin	Acc/Block	Längd	Lopp + nedv	
Elise	Acc/Block	Stav	Skillmill + nedv	
Filippa	Acc/Block	Häck	Lopp + nedv	
Elsa A	Acc/Block	Häck	Lopp + nedv	
Sophia	Acc/Block	Häck	Lopp + nedv	
Kajsa	Acc/Block	Längd	Lopp + nedv	
Amanda J	Acc/Block	Häck	Skillmill + nedv	
Alexander	Interv	Hopp S 2	Häck Styrka	
Baptiste	Interv	Hopp S 2	Häck Styrka	
Adam	Interv	Hopp S 2	Häck Styrka	

torsdag				
Upp 15,30	Acke	Hopp S 1	HäRR	Löp
	Jessica	Hopp S 1	HäRR	Löp
	Jacob	Hopp S 1	HäRR	Löp
Uppv 17,15	Leo *	Häck	Löp	Hopp S 3
	Erik LT *	Häck	Hö 17,00 Spj 17,45 Löp	
	Linus *	Häck	Stav 19,00 Löp	
* alt uppv 16,00 = samköra med Fredrik S mfl				
	Wille	Hopp S 2	HäRR	Löp
	Julia H	Häck	Löp	Hopp S 3
	Boman **	Häck	17,45 spj 18,15 hö 19,00 St	
	Vincent **	Häck	17,45 spj 18,15 hö 19,00 St	
** Om ej Johan kan en torsdag kastar vi om ordningen				
	Amanda	Hopp S 1	HäRR	Löp
Uppv 18,30	Ida	Acc/Block	Löp	Hopp S 3
	Isabelle	Hopp S 1	HäRR	Löp
	Linn A	Acc/Block	Löp	Hopp S 2
	Tuva	Acc/Block	Löp	Hopp S 1
	Julle	Acc/Block	Spjut	Hopp S 3
	Julia J	Acc/Block	Löp	Hopp S 3
	Lucas	Acc/Block	Löp	Hopp S 3
	Johanna	Acc/Block	Löp	Hopp S 1
	Babu	Acc/Häck	Löp	Hopp S 1
	Mindor	Höjd	Löp	Hopp S 1
	Livia	Höjd	Löp	Hopp S 2
	Bea	Höjd	Löp	Hopp S 3
	Ruben	Höjd	Löp	Hopp S 1
	Elsa K	Spjut	Löp	Hopp S 3
	Elliot	Acc/Block	Löp	Hopp S 3
Uppv 19,00	Elsa E	Stav	Löp	Hopp S 3
	Start uppvärmning 19,00			
	19,30	20,00	20,30	
Edvin LT	Spjut	19,50 Stav	Lopp + nedv	
Irving	Spjut	19,50 Stav	Lopp + nedv	
Marcus	Spjut	19,50 Stav	Lopp + nedv	
Josef	Spjut	Spjut Sty/RR	Hopp S 2	
Caisa	Spjut	Acc/Block	Lopp + nedv	
Elin	Spjut	Acc/Block	Lopp + nedv	
Filippa	Spjut	Längd	Lopp + nedv	
Emelie	Höjd	Spjut	Lopp + nedv	
Vera	Höjd	Spjut	Lopp + nedv	
Philip	Höjd	Häck	Lopp + nedv	
Nore	Höjd	Acc/Block	Lopp + nedv	
Erik P	Höjd	Acc/Block	Lopp + nedv	
Saga	Längd	Häck	Lopp + nedv	
Hanna	Längd	Spjut	Lopp + nedv	
Miranda	Längd	Spjut	Lopp + nedv	
Olivia	Längd	Spjut	Lopp + nedv	
Elsa A	Höjd	Längd	Lopp + nedv	
Isabella	Höjd	Häck	Lopp + nedv	
Amanda J	Längd	Acc/Block	Lopp + nedv	
Baptiste	Längd	Acc/Block	Lopp + nedv	
Natalie	Acc/Block	Längd	Lopp + nedv	
Sophia	Acc/Block	Spjut	Lopp + nedv	
Emma	Acc/Block	Häck	Lopp + nedv	
Julia	Acc/Block	Häck	Lopp + nedv	
Alexander	Acc/Block	Häck	Lopp + nedv	

söndag	OBS !!! Tävlingsuppvärmd
uppv	**11,15**
Ku	Edvin LT, Irving, Marcus
Ku	Olivia, Filippa, Vera
uppv	**11,30**
Lä	Tuva, Johanna, Jessica, Ida
	Isabelle, Amanda M
Sprint	Lucas, Julia J, Linn A, Julle,
	Alice, Elsa E, Miranda, Elise,
	Emelie, Amanda J, Nore,
	Baptiste, Alice, Alexander
	Sophia, Saga, Emma, Julia
uppv	**11,50**
Slä	Elsa K, Josef,
Di/Ku	Hanna, Elin, Cajsa, Kajsa
uppv	**12,15**
Lä	Emelie, Isabella, Amanda J
	Saga, Philip, Erik P,Nore, Moa
	Sophia
Häck	Julia H, Johanna, Livia
Höjd	Vera, Filippa, Olivia, Marcus
	Irving, Edvin LT
Släde	Tuva, Johanna, Jessica, Ida
	Isabelle, Amanda M, Lucas
	Julia J, Linn A, Julle,
	Baptite, Elsa E, Alice, Moa
	Miranda, Elise, Alexander
uppv	**13,00**
Höjd	Vincent, Erik LT, Ruben, Livia,
	Bea, Dio, Boman
Häck/	Leo, Edvin LT, Marcus, Philip,
Block	Irving, Filippa, Vera, Elsa A, Erik P,
	Olivia, Elliot
Släde	Emelie, Isabella, Amanda J,
	Saga, Julia H, Johanna, Josef
	Hanna, Elin, Cajsa, Kajsa
	Moa, Nore, Sophia, Elsa K,
uppv	**13,45**
Längd	Acke, Wille, Mindor, Linus,
	Boman, Jacob
Släde	Leo, Erik P, Philip, Elsa A,
	Ruben, Livia, Bea, Dio, Elliot
uppv	**14,00**
Disk	Vincent, Erik LT
uppv	**14,30**
Släde	Acke, Wille, Mindor, Vincent
	Erik LT, Jacob, Boman, Linus

Stav 15-16,30 = prio 09-10 grp men vi kan ha som reservtid om de inte ska utnyttja sin tid.