

**TRENINGSTIDER OG GRUPPER SOMMEREN 2012 (gjelder fra 23. april)**

Oppdatert 13.04.12

AKTIVITET	TRENERE	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
<b>2001-2002</b>	<b>Lars Schnell</b>							
Generell friidrettstrening	Lars Schnell		17.30 - 19.00		17.30 - 19.00			
Generell friidrettstrening	Liv Koppen		17.30 - 19.00		17.30 - 19.00			
Generell friidrettstrening	Tonje Berglund		17.30 - 19.00		17.30 - 19.00			
Kast	Kalle Wiggen			18.00 - 19.30				
<b>1999-2000</b>	<b>Ansvarlig Simon Hunt</b>							
Generell friidrettstrening	Simon Hunt		17.30 - 19.00		17.30 - 19.00			
Generell friidrettstrening	Erik Finborud				17.30 - 19.00			
Generell friidrettstrening	Peder Gundersen Strand		17.30 - 19.00		17.30 - 19.00			
Kast	Kalle Wiggen				17.30 - 19.00			
<b>1997-1998</b>	<b>Ansvarlig: Espen Tønnesen</b>							
Sprint/hekk/hopp	Espen Tønnesen/Lene Espegren		17.30 - 19.00		17.30 - 19.00			
Sprint/hekk/hopp	Maiken Skoie Brustad		17.30 - 19.00		17.30 - 19.00			
Kast	Kalle Wiggen			18.00 - 19.30	17.30 - 19.00			
Ressurstrening	Preben Sandborg Røe	18.00 - 19.30						
Ressurstrening	Eivind Drabløs	18.00 - 19.30						
<b>Mellom og lang 1994 - 1999</b>								
Mellomdistanse	Matias Lavik			18.00 - 20.00		18.00-19.30		
Mellomdistanse	Kristin Skolt			18.00 - 20.00		18.00-19.30		
Langdistanse	Karoline Skatteboe			18.00 - 20.00		18.00-19.30		
<b>1997 og eldre</b>								
Sprint - Hekk	Stephan Johansson	18.00 - 20.00		18.30 - 20.00	18.00 - 20.00			
	Erik Petersson		18.00 - 20.00	Styrketrening	18.00 - 20.00			
	Hans Rune Rønningen		18.00 - 20.00	Gjønneshallen			11.00 - 12.30	
	Morten Hvistendahl				18.00 - 20.00			
	Ketil Olsholt		18.00 - 20.00					
Mellom- & langdistanse 96+	Eystein Enoksen		17.00 - 19.00		17.00 - 19.00		13.00 - 14.30 Jarmyra	
Høyde	Dietmar Mögenburg			17.30 - 19.00				
Stav	Avventer eventuell ny trener							
Lengde/tresteg	Dietmar Mögenburg	17.30 - 19.00						
Kule/diskos/slegge	Avventer avklaring rundt trener							
Spyd	Jo Nesse		18.00 - 20.00	18.30 - 20 Styrke Gj.hallen	18.30 - 20.00		12.00 - 14.00	
Ressurstrening	Simon Hunt	18.00 - 20.00						