

# TRENINGSTIDER INNENDØRS 2013- 2014 - BÆRUM IDRETTSPARK

Oppdatert 14. oktober 2013

AKTIVITET	TRENERE	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
<b>2007-2008</b>								
Barneidrett	Frida Finnema, Julie Galaaen, Leah Røste, Veronica Edland			17.00-18.00				
<b>2005-2007</b>								
Barneidrett	Frida Finnema, Julie Galaaen, Leah Røste, Veronica Edland			18.00-19.00				
<b>2003 - 2004</b>	<b>Ansvarlig: Lars Schnell</b>							
Generell friidrett	Lars Schnell, Veronica Edland, Fabian Rønningen		17.30 -19.00		17.30 -19.00			
<b>2001-2002</b>	<b>Ansvarlig: Terje Totland</b>							
Generell friidrett	Terje Totland, Andrea Bressand, Fabian Rønningen	17.30 -19.00		17.30 -19.00				
Kast	Kalle Wiggen, Clara Hellan Larsen			18.00 -19.30	18.30-20.00			
<b>1999-2000</b>	<b>Ansvarlig: Trond Knaplund</b>							
Sprint - hekk - hopp	Trond Knaplund, Andrea Bressand		17.30 -19.30		17.30 -19.30			
Kast	Kalle Wiggen, Clara Hellan Larsen			18.00 -19.30	18.30 -20.00			
Mellomdistanse (rekrutt)	Matias Lavik, Ingrid Astrup, Ingvild Drabløs			18.00 -20.00		18.00 -19.30		
Basistrening		19:00 -20.30						
<b>1999 og eldre</b>	<b>Ansvarlig: Stephan Johansson</b>							
Sprint	Stephan Johansson, Erik Petersson, Hans Rune Rønningen, Morten Hvistendahl, Ketil Olsholt		18.30 -20.30	18.30 -20.00 styrke	18.30 -20.30	18.30 -20.00 styrke	11.00 -12.30	
Hekk	Trond Knaplund		19.00 -20.30		19.00 -20.30		11.00 -12.30	
Lengde - tresteg	Espen Tønnesen	17.30 -19.30						
Lengde - tresteg - høyde (jenter)	Dietmar Mögenburg			18.30 -20.00 styrke	17.30 -19.00	18.30 -20.00 styrke		
Lengde - tresteg - høyde (gutter)	Dietmar Mögenburg			18.30 -20.00 styrke	19.00 -20.30	18.30 -20.00 styrke		
Spyd	Jo Nesse		18.00 -20.00	18-30 -20.00 styrke	18.00 -20.00		11.00 -12.30	
Mellomdistanse (eldre gruppe)	Eystein Enoksen		17.30 -19.00		17.30 -19.00		11.00 -12.30 Bislett	
Basistrening		19.00 -20.30						