

TRENINGSTIDER VINTEREN 2011-2012

Oppdatert 07.11.11

AKTIVITET	TRENERE	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
2001-2002								
	Ansvarlig: Lars Schnell							
Generell friidrettstrening	Lars Schnell		17.00 - 18.00					
Generell friidrettstrening	Liv Koppen				17.00 - 18.00			
Generell friidrettstrening	Malin Pettersen		17.00 - 18.00		17.00 - 18.00			
1999 - 2000	Ansvarlig: Liv Koppen							
Generell friidrettstrening	Liv Koppen	18.00 - 19.30		18.00 - 19.30				
Generell friidrettstrening	Lars Schnell			18.00 - 19.30				
Generell friidrettstrening	Erik Finborud	18.00 - 19.30						
Generell friidrettstrening	Eivind Drabløs			18.00 - 19.30				
Generell friidrettstrening	Peder Gundersen Strand	18.00 - 19.30						
Kasttrening	Kalle Wiggen			18-20 (klubbhuset)				
1997-1998	Ansvarlig: Espen Tønnesen							
	EspenTønnesen/Lene Espegren		16.00 - 18.00 NIH		17.30 - 19.00			

	Maiken Skoie Brustad		17.30-19.00 Gjønneshallen		17.30 - 19.00			
Kast	Kalle Wiggen			18 - 20 (Klubbhuset)				
Basistrening	Preben Sandborg Røe	18.00 - 19.30 (Klubbhuset)						
	Malin Pettersen	18.00 - 19.30 (Klubbhuset)						
Mellomdistanse 1999+								
Mellomdistanse	Erik Pettersson			18.00 - 20.00				
Mellomdistanse	Karoline Skatteboe					18.00-19.30		
	Kristin Skolt			18.00 - 20.00		18.00-19.30		
1996 (gutter 1997) og eldre								
Sprint - Hekk	Stephan Johansson		18.30 - 20.30	18-30 - 20.00 (styrkerom)	18.30 - 20.30		11.00 - 12.30	
	Hans Rune Rønningen		18.30 - 20.30		18.30 - 20.30		11.00 - 12.30	
	Morten Hvistendahl		18.30 - 20.30		18.30 - 20.30			
	Kjetil Olsholt		18.30 - 20.30		18.30 - 20.30			
Mellomdistanse eldste gruppe	Eystein Enoksen		16.30 - 18.00 Bislett		16.30-18-00 Bislett		13.00 -14.30 Jarmyra	
Høyde	Dietmar Mögeburg		16.00 - 18.00 NIH (etter avtale)			19.00 - 21.00 NIH (etter avtale)		
Lengde/tresteg	Dietmar Mögeburg	19.30 - 21.00						
Kule/diskos/slegge	Trond Ulleberg							11.00 - 14.00 (kastb. + styrkerom)
Spyd	Jo Nesse		16.00 - 18.00 NIH	18-30 - 20.00 (styrkerom)	18.30 - 20.00 (styrkerom)	19.00 - 20.30 NIH		12.30 - 14.00 (styrkerom)
	Kalle Wiggen					19.00 - 21.00 NIH		
Basistrening	Ny trener	19.00 - 21.00						

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]