

Oversigt over faste træning Ergometer 2017/18

FASTE TRÆNINGSTIDER ÆGIRS TRÆNINGSLOKALE 2017/2018

| tid \ dag | Mandag | Tirsdag | Onsdag | Torsdag | Fredag | Lørdag | Søndag |
|-----------|--------|---------|--------|---------|--------|-----------|-----------|
| 8-9 | | | | | | | |
| 9-10 | | | | | | Kaproning | Kaproning |
| 10-11 | | | | | | | |
| 11-12 | | | | | | | |
| 12-13 | | | | | | | |
| 13-14 | | | | | | | |
| 14-15 | | | | | | | |

Oversigt over faste træning Ergometer 2017/18

| | | | | | | | |
|-------|-------------|--------------------|-----------------------|--------------|-------------|--|--|
| 15-16 | | | | | | | |
| 16-17 | 16.30-18.30 | | 16.30-18.00 | 8'er GP | 16.30-18.30 | | |
| 17-18 | Ungdom/ | RO-FIT | Kaproning | Langdistance | Kaproning | | |
| 18-19 | Kaproning | Kaproning 18-19.30 | 18.00-19.15 UNGDOM | RO-FIT | | | |
| 19-20 | | | | | | | |
| 20-21 | | | | | | | |

Oversigt over faste træning Ergometer 2017/18

