



VINTER 20

UTMANA DIG SJÄLV = Aktivitet för att förbättra din löpning!

OKK = Arrangemang som hålls av klubben för dess medlemmar och andra klubbar. Välkomna!

ALLA TILLSAMMANS! = Ungdomar, vuxna och äldre minioner tränar tillsammans. Vi lär av varann!

TÄVLING = Viktiga tävlingar för ungdomarna. (Och för oss andra)

<p>2</p> <p>TISDAG 7/1 18.00 KATTEBÄCK HÅKANS BANA</p> <p>TORSDAG 9/1 SÖDERSLÄTTSHALLEN 18.00 INTERVALL</p> <p>HELG SÖN VINTERCUP E2</p>	<p>3</p> <p>TISDAG 14/1 18.00 KLUBBLOKALEN VINTERTOUR E1 INNETRÄNING: FRISKIS OCH SVETTIS MINIONER: KAJSA, MATTIAS, MALIN</p> <p>TORSDAG 16/1 ÖSTERVÅNGSPARKEN 18.00 INTERVALL</p> <p>HELG SÖN VINTERCUP E3</p>	<p>4</p> <p>TISDAG 21/1 18.00 KATTEBÄCK VINTERTOUR E2 INNETRÄNING: JA MINIONER: DENISE, MAGNUS, SIMON</p> <p>TORSDAG 23/1 ÖSTERVÅNGSPARKEN 18.00 INTERVALL</p> <p>HELG SÖN VINTERCUP E4</p>	<p>5</p> <p>TISDAG 28/1 18.00 KLUBBLOKALEN VINTERTOUR E3 INNETRÄNING: FRISKIS MINIONER: ERIK, ANNA, MATTIAS,</p> <p>TORSDAG 30/1 ÖSTERVÅNGSPARKEN 18.00 INTERVALL</p> <p>HELG SÖN VINTERCUP E5</p>	<p>6</p> <p>TISDAG 4/2 18.00 KATTEBÄCK VINTERTOUR E4 INNETRÄNING: LOTTA MINIONER: MICHA, SIMON, ELIN</p> <p>TORSDAG 6/2 ÖSTERVÅNGSPARKEN 18.00 INTERVALL</p> <p>HELG SÖN VINTERCUP E6 OKK</p>	<p>7</p> <p>TISDAG 11/2 18.00 KATTEBÄCK HÅKANS BANA INNETRÄNING: ENOO UNGDOM: DENISE, BJÖRN MINIORER: KAJSA, MAGNUS</p> <p>TORSDAG 13/2 ÖSTERVÅNGSPARKEN 18.00 INTERVALL</p> <p>HELG SÖN VINTERCUP E7</p>
<p>8</p> <p>TISDAG 18/2 18.00 KATTEBÄCK HÅKANS BANA INNETRÄNING: KAJSA UNGDOM: SPORTLOV MINION: ERIK, SIMON</p> <p>TORSDAG 20/2 ÖSTERVÅNGSPARKEN 18.00 INTERVALL</p> <p>HELG</p>	<p>9</p> <p>TISDAG 25/2 18.00 KATTEBÄCK HÅKANS BANA INNETRÄNING: HELENE UNGDOM: BJÖRN, LINE MINIONER: DENISE, MALIN,</p> <p>TORSDAG 27/2 ÖSTERVÅNGSPARKEN 18.00 INTERVALL</p> <p>HELG FRE-SÖN SVERIGEPREMIÄREN DEGEBERGA/ÄSPET</p>	<p>10</p> <p>TISDAG 3/3 18.00 KATTEBÄCK HÅKANS BANA INNETRÄNING: LOTTA UNGDOM: BOUNCE DENISE, LINE MINIONER: MICHA, ANNA, ROBIN</p> <p>TORSDAG 5/3 ÖSTERVÅNGSPARKEN 18.00 INTERVALL</p> <p>HELG HALLANDSPREMIÄREN MED UNGDOMSLÄGER!</p>	<p>11</p> <p>TISDAG 10/3 18.00 KATTEBÄCK HÅKANS BANA INNETRÄNING: ENOO UNGDOM: DENISE, BJÖRN MINIONER: KAJSA, ERIK, ELIN</p> <p>TORSDAG 12/3 ÖSTERVÅNGSPARKEN 18.00 INTERVALL</p> <p>HELG</p>	<p>12</p> <p>TISDAG 17/3 18.00 KATTEBÄCK LÖPTEST¹⁾ INNETRÄNING: CINA UNGDOM: SIMON Y, LINE MINIONER: SIMON, MALIN, ROBIN</p> <p>TORSDAG 19/3 ÖSTERVÅNGSPARKEN 18.00 INTERVALL</p> <p>HELG LÖR VILDMARKSFEJDEN SÖN GÖINGEFEJDEN</p>	<p>13</p> <p>TISDAG 24/3 18.00 KATTEBÄCK HÅKANS BANA INNETRÄNING: HELENE UNGDOM: SIMON Y, LINE MINIONER: DENISE, ANNA</p> <p>TORSDAG 26/3 ÖSTERVÅNGSPARKEN 18.00 INTERVALL</p> <p>HELG</p>

1) GAMLA KARTOR AV HÅKANS BANA KOMMER ATT FINNAS TILL HANDS