Treningsplan for sommersesongen 2011:

MANDAG RAVNANGER IDRETTSBANE

Kl. 18.30: Senior, junior, jenter og gutter eldste klasser

TIRSDAG RAVNANGER KLUBBHUS

Kl. 18.30: Vekttrening – **SPESIALTRENING**

ONSDAG RAVNANGER IDRETTSBANE

Kl. 17.30–18.30: Jenter/gutter 13 år og yngre

Kl. 18.30: Senior, junior, jenter og gutter eldste klasser

Jente-/gutteparti 13–18 år med sosialt tilsnitt

FREDAG RAVNANGER IDRETTSBANE

Kl. 17.00: Sprint, senior, junior, jenter og gutter eldste klasser

LØRDAG LIEN, ASK

Kl. 15.30: Intervall, senior, junior, jenter og gutter eldste klasser

Vi ønsker gamle og nye medlemmer velkommen!