

Vinterträning 2008-09

Måndagar: Fittjabadet kl.20-21

Samling utanför badet kl.19.30 för en löparrunda.

Torsdagar: Banslättskolan kl.19-20

Konditions-, styrketräning och bollsport i gymnastiksalen.

Lördagar: Tullinge Gym kl.10-12

Konditions- och styrketräning i Tullinge gym´s lokaler, intill Tullinge Gymnasium.

Kostnad 25:-/ungdom, 50:-/vuxen

Söndagar: Paddling oktober ut.

Mörkerpaddling troligen onsdag 15/10

kl.18.30-20.00

Vi kommer att åka på 1-2st skidläger tillsammans med andra klubbar.

