

Terminsplanering Bruce

Söndagar 17.30-18.30	Fokus	Torsdagar 19.00-20.00	Fokus
11 Januari	Gott och blandat	15 Januari	Tema redskap
18 Januari	Puls	22 Januari	Kroppskontroll och glid
25 Januari	Blockpass	29 Januari	Catch clinic del 1
1 Februari	Fokus fjäril	5 Februari	Ben är kul!
8 Februari	100-lappar	12 Februari	Catch clinic del 2
15 Februari	SPORTLOV	19 Februari	SPORTLOV
22 Februari	Styrka	26 Februari	Slumpen avgör
1 Mars	Fokus ryggsim	5 Mars	Rotation
8 Mars	Lite längre sträckor	12 Mars	Bröstsimateknik
15 Mars	Redskap	19 Mars	50-lappar
22 Mars	MILEN	26 Mars	Vi tar det lite lugnt
29 Mars	Pussel	2 April	Fjärlsteknik
5 April	PÅSKLOV	9 April	PÅSKLOV
12 April	Fokus andning och rotation	16 April	Styrka (tidsintervaller)
19 April	Fokus bröstsimateknik	23 April	Tema fenor
26 April	Uthållighet och glid	30 April	INGEN TRÄNING
3 Maj	Lite kortare sträckor	7 Maj	Rena 200ingar
10 Maj	Fokus frisisim	14 Maj	Puls i block
17 Maj	600-lappar	21 Maj	Ryggsimateknik
24 Maj	Fokus medley	28 Maj	Ni bestämmer
31 Maj	AVSLUTNING		