



# Träningsprogram sommar 2020

## Strängnäs-Malmby OL



26	må	22-jun	18.00	Veckans bana/Löpträning	SMOL-gården
	ti	23-jun			
	on	24-jun			
	to	25-jun	18.00	Veckans bana/Torsdagsträning	SMOL-gården
	fr	26-jun		Veckans bana	
	lö	27-jun		Veckans bana	
	sö	28-jun	10.00	Veckans bana/Söndagsträning	Samling SMOL-gården, avfärd till veckans bana
27	må	29-jun		Veckans bana	
	ti	30-jun			
	on	01-jul			
	to	02-jul	18.00	Veckans bana/Torsdagsträning	SMOL-gården
	fr	03-jul		Veckans bana	
	lö	04-jul		Veckans bana	
	sö	05-jul	10.00	Veckans bana/Söndagsträning	Samling SMOL-gården, avfärd till veckans bana
28	må	06-jul		Veckans bana	
	ti	07-jul			
	on	08-jul			
	to	09-jul		Veckans bana	
	fr	10-jul		Veckans bana	
	lö	11-jul		Veckans bana	
	sö	12-jul	10.00	Veckans bana/Söndagsträning	Samling SMOL-gården, avfärd till veckans bana
29	må	13-jul		Veckans bana	
	ti	14-jul			
	on	15-jul			
	to	16-jul		Veckans bana	
	fr	17-jul		Veckans bana	
	lö	18-jul		Veckans bana	
	sö	19-jul	10.00	Veckans bana/Söndagsträning	Samling SMOL-gården, avfärd till veckans bana
30	må	20-jul		Veckans bana	
	ti	21-jul			
	on	22-jul			
	to	23-jul		Veckans bana	
	fr	24-jul		Veckans bana	
	lö	25-jul		Veckans bana	
	sö	26-jul	10.00	Veckans bana/Söndagsträning	Samling SMOL-gården, avfärd till veckans bana
31	må	27-jul		Veckans bana	
	ti	28-jul			
	on	29-jul			
	to	30-jul		Veckans bana	
	fr	31-jul		Veckans bana	
	lö	01-aug		Veckans bana	
	sö	02-aug	10.00	Veckans bana/Söndagsträning	Samling SMOL-gården, avfärd till veckans bana
32	må	03-aug		Veckans bana	
	ti	04-aug			
	ons	05-aug			
	to	06-aug	18.00	Orienteringsträning	Troligen Visholmen