

# Schema Grupp 1: A

## (fd Elit AB)

Samling 15 min innan start 6/8, i träningslokalen, för genomgång av helgens program!

### Fredag 6/8

Klass/Måltid:	Tid:	Tränare:	Lokal/Restaurang:
Standard	09.00-10.30	Claus Wodstrup	Nordic Wellness City
Fika	10.30		Nordic Wellness City
Latin	11.00-12.30	Per Palmgren	Nordic Wellness City
Lunch	12.45-13.30		Åtellet
Coaching	14.30-16.00	Tony Irving	Nordic Wellness City
Fika	16.00		Nordic Wellness City
Blandad Fysträning	16.30-18.00	Magnus Hammarström	Utomhus (samling NWC)
2-rätters Middag	Från 19.00		Bergstugan

### Lördag 7/8

Klass/Måltid:	Tid:	Tränare:	Lokal/Restaurang:
Latin	09.00-10.30	Per Palmgren	Nordic Wellness City
Fika	10.30		Nordic Wellness City
Standard	11.00-12.30	Claus Wodstrup	Nordic Wellness City
Lunch	12.45-13.30		Åtellet
Blandad Fysträning	14.30-16.00	Magnus Hammarström	Utomhus (samling NWC)
Fika	16.00		Nordic Wellness City
Coaching	16.30-18.00	Per Palmgren	Nordic Wellness City
2-rätters Middag	Från 19.00		Bergstugan

### Söndag 8/8

Klass/Måltid:	Tid:	Tränare:	Lokal/Restaurang:
Latin	09.00-10.30	Per Palmgren	Nordic Wellness City
Fika	10.30		Nordic Wellness City
Standard	11.00-12.30	Claus Wodstrup	Nordic Wellness City
Lunch	12.45-13.30		Åtellet
Blandad Fysträning	14.30-16.00	Magnus Hammarström	Utomhus (samling NWC)
Fika	16.00		Nordic Wellness City
Coaching	16.30-18.00	Per Palmgren	Nordic Wellness City



Skanna eller klicka på QR-koden för att hitta till lokaler, restauranger.