

TRÄNINGSSCHEMA VUXENTENNIS

VÅREN 2019



TISDAGAR			
BANA 1	BANA 2	BANA 3	BANA 4
	17.10-18.05 Andreas Jim Lindqvist Peter Irengård Kai Svensson Fabio Santa		
	18.05-19.00 Andreas Charlotte Mårtensson Kristina Jakobsson Cristina Fogarolli Carina Håkansson	18.05-19.00 Marcus Niklas Håkansson Olle Olsson Louise Svensson Francesca Visani	
19.00-19.55 Alex Karin Henricsson Isabell Bengtsson Jenny Thulander Therése Andersson	19.00-19.55 Andreas Albert Rundberg Henrik Højgaard Thomas Andersson Tommy Kleiven	19.00-19.55 Marcus Franck Lintrup Andreas Ericsson Pia Appeltofft	19.00-19.55 André Alexandra Bagger Malin Von Platen Ingrid Ehlin Johansson Jan Erlandsson
	19.55-21.10 Andreas Magnus Christiansson Dan Persson Martin Svensson Rasmus Persson	Jakob Fornander Anders Bewarp Shady Salloum	

Vårterminen innehåller 17 träningsveckor med start vecka 3 och slut vecka 21. Träningen inleds inomhus i Sparbanken Syd Stadion och avslutas med ett antal veckor utomhus på Saltsjöbadens Tenniscenter.

Träningsuppehåll vecka 8 (sportlov), vecka 16 (påsklov) och röda dagar. Missad träning pga röda dagar kompenseras under vecka 22 eller 23.

TRÄNINGSSCHEMA VUXENTENNIS

VÅREN 2019



ONSDAGAR			
BANA 1	BANA 2	BANA 3	BANA 4
09.00-09.55 Alex/André Duo-kurs Pui Janson Catherine Ehrensvärd			
17.05-18.00 Andreas Roland Walter Anders Kullberg Klas Sundkvist Ingmar Närlid			
18.00-18.55 Andreas Emma Andersson Emma Olsson Katarina Nilsson Anne Barchan	18.00-18.55 Marcus Camilla Blomgren Maria Persson Yngvar Naess		
18.55-19.50 Andreas Carl Johan Engvall Eric Piper Henrik Bergkvist Johan Håkansson	18.55-19.50 Marcus Gert Wemner Per Östgård Mathias Fredriksson Henrik Nandra		

Vårterminen innehåller 17 träningsveckor med start vecka 3 och slut vecka 21. Träningen inleds inomhus i Sparbanken Syd Stadion och avslutas med ett antal veckor utomhus på Saltsjöbadens Tenniscenter.

Träningsuppehåll vecka 8 (sportlov), vecka 16 (påsklov) och röda dagar. Missad träning pga röda dagar kompenseras under vecka 22 eller 23.

TRÄNINGSSCHEMA VUXENTENNIS

VÅREN 2019



TORSDAGAR			
BANA 1	BANA 2	BANA 3	BANA 4
			18.00-18.55 Marcus Eva Holm Carl-Peter Hellberg Anna Mårtensson Anders Mårtensson
			18.55-19.50 Marcus Anki Demred Klinga Turid Ekberg Carin Johansson Stina Biratu

Vårterminen innehåller 17 träningsveckor med start vecka 3 och slut vecka 21. Träningen inleds inomhus i Sparbanken Syd Stadion och avslutas med ett antal veckor utomhus på Saltsjöbadens Tenniscenter.

Träningssuppehåll vecka 8 (sportlov), vecka 16 (påsklov) och röda dagar. Missad träning pga röda dagar kompenseras under vecka 22 eller 23.

TRÄNINGSSCHEMA VUXENTENNIS

VÅREN 2019



FREDAGAR			
BANA 1	BANA 2	BANA 3	BANA 4
		09.15-10.10 Alex/André Anne Ekström Anna Beatt	
		10.10-11.05 Alex/André Eva Holm Gertrud Wemner Roland Keyser Carl-Peter Hellberg	
		11.05-12.00 Alex/André Sophia Hansen Henriette Simonsson Peter Simonsson	
		12.00-12.55 Alex/André Mikael Rönnholm Mats Jönsson Johan Olsson .	

Vårterminen innehåller 17 träningsveckor med start vecka 3 och slut vecka 21. Träningen inleds inomhus i Sparbanken Syd Stadion och avslutas med ett antal veckor utomhus på Saltsjöbadens Tenniscenter.

Träningsuppehåll vecka 8 (sportlov), vecka 16 (påsklov) och röda dagar. Missad träning pga röda dagar kompenseras under vecka 22 eller 23.