



PM Junior och Ungdomsläger i Eksjö 12-13 januari

Lördag

09:00 Samling Eksjö gymnasium. Huvudentrén.

09:30 Avresa till träning. Aneby. Momentbana.

10:00 Start träning

12:00-12:30 Lunch

14:30 Samling träning. Sprintintervaller.

17:00 Middag

20:30 Kvällsmacka

22:00 God Natt

Söndag

07:45-08:30 Frukost

09:40 Jogging till träning

10:00 Start träning. Poäng OL.

12:30 Lunch

13:00 Avslutning