



GRUNDPLANERING

RM

2019-08-13

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
33	12 aug	13 aug	14 aug	15 aug	16 aug	17 aug	18 aug
Grund träning	II/III 6000	III/II 5000	II/III 3500+Nobel	III/V 4000	Landträning		II 3000+Cbox
34	19 aug	20 aug	21 aug	22 aug	23 aug	24 aug	25 aug
Grund träning	II/III 5500	Skolan startar III/II 5000	V/Syra+Nobel	II 4000	Landträning		II 3000+Cbox
35	26 aug	27 aug	28 aug	29 aug	30 aug	31 aug	01 sep
Grund träning	II/III 6000	III/II 5000	II/III 3500+Nobel	III/V 4000	Landträning		II 3000+Cbox
36	02 sep	03 sep	04 sep	05 sep	06 sep	07 sep	08 sep
Grund träning	II/III 5500	III/II 5000	V/Syra+Nobel	Anders borta II 4000	Landträning		Anders borta II 3000+Cbox
37	09 sep	10 sep	11 sep	12 sep	13 sep	14 sep	15 sep
Grund träning	II/III 6000	III/II 5000	II/III 3500+Nobel	III/V 4000	Landträning		II 3000+Cbox
38	16 sep	17 sep	18 sep	19 sep	20 sep	21 sep	22 sep
Grund träning	II/III 5500	III/II 5000	II/III 3500+Nobel	III/V 4000	Landträning		Picasso (Alla)
39	23 sep	24 sep	25 sep	26 sep	27 sep	28 sep	29 sep
Alla	II 5000	III/II 4500	II/III 3500+??	II 4000	Landträning	LeWa SportCup	Motala (Alla)
40	30 sep	01 okt	02 okt	03 okt	04 okt	05 okt	06 okt
17öa	Ledigt	Topp	Topp Ej land	Topp	Ingen land	DM, Västerås (Kvalade)	
16oy	Ledigt	II 6000	II/III 3500+??	III/II 4000	Landträning	Huvudmål 17öa	
41	07 okt	08 okt	09 okt	10 okt	11 okt	12 okt	13 okt
Alla	Ledigt	II 5000	Skolan ledig II/III 3500+??	II 4000	Landträning	UGP1, Karlskoga (17oy)	
42	14 okt	15 okt	16 okt	17 okt	18 okt	19 okt	20 okt
	Ledigt	III/II 5000	Syra + ??	III/V 4000	Landträning		II 3000+Cbox
43	21 okt	22 okt	23 okt	24 okt	25 okt	26 okt	27 okt
	II/III 6000	III/II 5000	II/III 3500+??	III/V 4000	Landträning		Vintertid II 3000+Cbox
44	28 okt	29 okt	30 okt	31 okt	01 nov	02 nov	03 nov
Höstlov	II/III 6000	III/II 5000	SM/JSM II/III 3500+??	Halloween III/V 4000	Landträning	Alla helgons dag	II 3000+Cbox
		Xtra 0900-1100		Xtra 0900-1100			
45	04 nov	05 nov	06 nov	07 nov	08 nov	09 nov	10 nov
						Sum-Sim Region, Örebro (16oy)	
						Huvudmål 16oy	Fars dag
46	11 nov	12 nov	13 nov	14 nov	15 nov	16 nov	17 nov
	Ledigt						
47	18 nov	19 nov	20 nov	21 nov	22 nov	23 nov	24 nov
							Wasasimmet RM, DM
48	25 nov	26 nov	27 nov	28 nov	29 nov	30 nov	01 dec
						Höstsimiaden, Karlstad	
49	02 dec	03 dec	04 dec	05 dec	06 dec	07 dec	08 dec
					Sum-Sim Riks, Umeå (Kvalade)		



GRUNDPLANERING

RM

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
50	09 dec	10 dec	11 dec	12 dec	13 dec	14 dec	15 dec
					Lucia		KM?
51 Vila	16 dec KM?	17 dec	18 dec	19 dec	20 dec	21 dec	22 dec
	Ingen träning	Ingen träning	Ingen träning	Ingen träning	Ingen träning		Ingen träning
52	23 dec	24 dec	25 dec	26 dec	27 dec	28 dec	29 dec
	Ingen träning	Julafton Ingen träning	Juldagen Ingen träning	Annadag jul 1500-1700	0900-1100		1630-1730
1	30 dec	31 dec	01 jan 2020	02 jan	03 jan	04 jan	05 jan
	1630-1815	Nyårsafton 0900-1100	Nyårsdagen 1930-2100	0900-1100	0900-1100		1630-1730
2	06 jan Trettondedag jul	07 jan	08 jan	09 jan	10 jan	11 jan	12 jan
	1630-1815			Skolan startar			
3	13 jan	14 jan	15 jan	16 jan	17 jan	18 jan	19 jan
4	20 jan	21 jan	22 jan	23 jan	24 jan	25 jan	26 jan
						UGP2, Karlstad	
5	27 jan	28 jan	29 jan	30 jan	31 jan	01 feb 2020	02 feb
					Skolan ledig		
6	03 feb	04 feb	05 feb	06 feb	07 feb	08 feb	09 feb
7	10 feb	11 feb	12 feb	13 feb	14 feb	15 feb	16 feb
8 Sportlov	17 feb	18 feb	19 feb	20 feb	21 feb	22 feb	23 feb
						Borås Speedo Meet	
9	24 feb	25 feb	26 feb	27 feb	28 feb	29 feb	01 mar 2020
						Skomakardoppet, Hallsberg	
10	02 mar	03 mar	04 mar	05 mar	06 mar	07 mar	08 mar
						UGP3, Eskilstuna	
11	09 mar	10 mar	11 mar	12 mar	13 mar	14 mar	15 mar
						Västerås Meet	
12	16 mar	17 mar	18 mar	19 mar	20 mar	21 mar	22 mar
		Skolan ledig					
13	23 mar	24 mar	25 mar	26 mar	27 mar	28 mar	29 mar
							Sommartid
14	30 mar	31 mar	01 apr 2020	02 apr	03 apr	04 apr	05 apr
					Swim Open Stockholm		



GRUNDPLANERING

RM

2019-08-13

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
15 Påsklov	06 apr	07 apr	08 apr	09 apr	10 apr	11 apr	12 apr
					Långfredagen	Påskafton	Påskdagen
16	13 apr Annandag påsk	14 apr	15 apr	16 apr	17 apr	18 apr	19 apr
17	20 apr	21 apr	22 apr	23 apr	24 apr	25 apr	26 apr
18	27 apr	28 apr	29 apr	30 apr	01 maj 2020 Första maj	02 maj	03 maj
19	04 maj	05 maj	06 maj	07 maj	08 maj	09 maj	10 maj
						Vårsimiaden, Säffle	
20	11 maj	12 maj	13 maj	14 maj	15 maj	16 maj	17 maj
21	18 maj	19 maj	20 maj	21 maj Kristi himmelfärd	22 maj Skolan ledig	23 maj	24 maj
22	25 maj	26 maj	27 maj	28 maj	29 maj	30 maj	31 maj
						DM, Eskilstuna	
23	01 jun 2020	02 jun	03 jun	04 jun	05 jun	06 jun	07 jun
						Nationaldagen	
24	08 jun	09 jun	10 jun	11 jun	12 jun	13 jun	14 jun
				Grundskolan slutar	Gymnasiet slutar		
25 Sommarlov	15 jun	16 jun	17 jun	18 jun	19 jun	20 jun	21 jun
					Midsommarafton	Midsommardagen	
26 Sommarlov	22 jun	23 jun	24 jun	25 jun	26 jun	27 jun	28 jun
					SM, Halmstad		
27 Sommarlov	29 jun	30 jun	01 jul 2020	02 jul	03 jul	04 jul	05 jul
28 Sommarlov	06 jul	07 jul	08 jul	09 jul	10 jul	11 jul	12 jul
29 Sommarlov	13 jul	14 jul	15 jul	16 jul	17 jul	18 jul	19 jul
30 Sommarlov	20 jul	21 jul	22 jul	23 jul	24 jul	25 jul	26 jul
						OS, Tokyo - 1/8	
31 Sommarlov	27 jul	28 jul	29 jul	30 jul	31 jul	01 aug 2020	02 aug



GRUNDPLANERING

RM

2019-08-13	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
32	03 aug	04 aug	05 aug	06 aug	07 aug	08 aug	09 aug
	Sommarlov						
33	10 aug	11 aug	12 aug	13 aug	14 aug	15 aug	16 aug
	Upptaktsläger (prel.)						
34	17 aug	18 aug	19 aug	20 aug	21 aug	22 aug	23 aug
35	24 aug	25 aug	26 aug	27 aug	28 aug	29 aug	30 aug
36	31 aug	01 sep 2020	02 sep	03 sep	04 sep	05 sep	06 sep
37	07 sep	08 sep	09 sep	10 sep	11 sep	12 sep	13 sep
38	14 sep	15 sep	16 sep	17 sep	18 sep	19 sep	20 sep
39	21 sep	22 sep	23 sep	24 sep	25 sep	26 sep	27 sep
40	28 sep	29 sep	30 sep	01 okt 2020	02 okt	03 okt	04 okt
41	05 okt	06 okt	07 okt	08 okt	09 okt	10 okt	11 okt
						UGP1, Karlskoga	
42	12 okt	13 okt	14 okt	15 okt	16 okt	17 okt	18 okt
43	19 okt	20 okt	21 okt	22 okt	23 okt	24 okt	25 okt
44	26 okt	27 okt	28 okt	29 okt	30 okt	31 okt	01 nov 2020
45	02 nov	03 nov	04 nov	05 nov	06 nov	07 nov	08 nov
						Sum-Sim Region, Örebro	
46	09 nov	10 nov	11 nov	12 nov	13 nov	14 nov	15 nov
47	16 nov	17 nov	18 nov	19 nov	20 nov	21 nov	22 nov
48	23 nov	24 nov	25 nov	26 nov	27 nov	28 nov	29 nov
						Höstsimiaden, Karlstad	



GRUNDPLANERING

RM

2019-08-13	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
49	30 nov	01 dec 2020	02 dec	03 dec	04 dec	05 dec	06 dec
50	07 dec	08 dec	09 dec	10 dec	11 dec	12 dec	13 dec
					Sum-Sim Riks		
51	14 dec	15 dec	16 dec	17 dec	18 dec	19 dec	20 dec
52	21 dec	22 dec	23 dec	24 dec	25 dec	26 dec	27 dec
53	28 dec	29 dec	30 dec	31 dec	01 jan	02 jan	03 jan
1	04 jan	05 jan	06 jan	07 jan	08 jan	09 jan	10 jan