

Månad	Datum	Vecka	Dag	Aktivitet	Övrigt
Augusti	6	V.32	Måndag		
	7		Tisdag		
	8		Onsdag		
	9		Torsdag		
	10		Fredag		
	11		Lördag		
	12		Söndag		
	13	V.33	Måndag		
	14	Tisdag			
	15	Onsdag	<b>MOTO TOUR 5 - The Navy race</b>		
	16	Torsdag			
	17	Fredag			
	18	Lördag			
	19	Söndag			
	20	V.34	Måndag	Kick off Karlslund 18.00	
	21	Tisdag			
	22	Onsdag			
	23	Torsdag			
	24	Fredag			
25	Lördag	<b>Alliansloppet</b>			
26	Söndag				
27	V.35	Måndag	Träning 18.30 GIH Distans		
28	Tisdag				
29	Onsdag	<b>MOTO TOUR 6 - Killewigge, masstart</b>			
30	Torsdag				
31	Fredag				
September	1		Lördag	Kraftloppet stafett	
	2		Söndag		
	3	V.36	Måndag	Träning 18.30 GIH Intervall/Teknik	Ungdomsträning 1

Oktober

4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
1  
2  
3

	Tisdag		
	Onsdag		
	Torsdag		
	Fredag		
	Lördag		
	Söndag		
V.37	Måndag	Träning 18.30 GIH Distans	<i>Ungdomsträning 2</i>
	Tisdag		
	Onsdag	<b>MOTO TOUR 7 - KM Rullskidor</b>	
	Torsdag		
	Fredag		
	Lördag		
	Söndag		
V.38	Måndag	<b>MOTO TOUR 8 - CITY FLAT RACE</b>	<i>Ungdomsträning 3</i>
	Tisdag		
	Onsdag		
	Torsdag		
	Fredag		
	Lördag		
	Söndag	<b>Wadköpingslöpet (och Klarälvsloppet)</b>	
V.39	Måndag	Träning 18.30 GIH Distans	<i>Ungdomsträning 4</i>
	Tisdag		
	Onsdag		
	Torsdag		
	Fredag		
	Lördag		
	Söndag		
V.40	Måndag	Träning 18.30 GIH Intervaller	<i>Ungdomsträning 5</i>
	Tisdag		
	Onsdag	Träning 18.30 GIH Löpning	

4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31  
November 1  
2

	Torsdag		
	Fredag		
	Lördag		
	Söndag		
V.41	Måndag	Träning 18.30 GIH Intervaller	<i>Ungdomsträning 6</i>
	Tisdag		
	Onsdag	Träning 18.30 GIH Löpning	
	Torsdag		
	Fredag		
	Lördag		
	Söndag		
V.42	Måndag	Träning 18.30 GIH Distans	<i>Ungdomsträning 7</i>
	Tisdag		
	Onsdag	Träning 18.30 GIH Löpning	
	Torsdag		
	Fredag		
	Lördag		
	Söndag		
V.43	Måndag	Träning 18.30 GIH Intervaller	<i>Ungdomsträning 8</i>
	Tisdag		
	Onsdag	Träning 18.30 GIH Löpintervaller	
	Torsdag		
	Fredag		
	Lördag		
	Söndag		
V.44	Måndag	Träning 18.30 GIH Löpintervaller/Rullskidintervaller	
	Tisdag		
	Onsdag		
	Torsdag		
	Fredag		

3		Lördag	
4		Söndag	
5	V.45	Måndag	
6		Tisdag	
7		Onsdag	
8		Torsdag	
9		Fredag	
10		Lördag	
11		Söndag	
12	V.46	Måndag	
13		Tisdag	
14		Onsdag	
15		Torsdag	
16		Fredag	
17		Lördag	<b>KM Rodd</b>
18		Söndag	
19	V.47	Måndag	
20		Tisdag	
21		Onsdag	
22		Torsdag	
23	23	Fredag	
24		Lördag	<b>KM-SkiErg</b>
25		Söndag	

V.49	<b>ORSALÄGER</b>
------	------------------