

## Planering för träning onsdagar

### September

13 Möte

20 Stationsträning 1730-18 (Skytte station 1 och lägga – rull, halvplomb och plomb)

27 Lagträning svenska cupen V55 och V65

### Oktober

4 Lagträning svenska cupen dam

11 Stationsträning 1730-18 (Skytte station 2 och lägga – nedslagsplats)

18 Lagträning Svenska cupen V55 och V65 inför final

25 Lagträning Svenska cupen dam inför final

### November

1 Lagtänning Hallsvenskan

8 Stationsträning 1730-18 (Skytte station 3 och Lägga mot)

15 Stationsträning 1730-18 (Skytte station 4 och lägga bredvid med skruv)

22 Lagträning Hallsvenskan

29 Stationsträning 1730-18 (Skytte station 5 och lägga – slå fram klot)

### December

6 Lagträning Hallsvenskan

13 Stationsträning 1730-18 (Skytte station 1 – 5)

20 Stationsträning 1730-18 (Lägga med sidoskrub och kasta lillen)

27 Stationsträning 1730-18 Kasta lillen och pyramiden.