

# Träningsprogram hösten 2011 !

V29: tisdag 18.00, torsdag 18.00, lördag 10.00

V30: tisdag 18.00, torsdag 18.00, lördag 10.00

V31: måndag 18.00, tisdag EFFK-Nif 19.00, torsdag 18.00, Lördag 10.00

V32: måndag 8/8 EFFK-Ardala 19.00, Onsdag 18.30, fredag Fik-EFFK 19.00

V33: måndag EFFK-Källandsö 19.00, onsdag 18.30, fredag Tråvad-EFFK 18.45

V34: måndag 18.30, onsdag 18.30, fredag EFFK-Trässberg 18.30

V35: måndag 18.30, onsdag 18.30, fredag Skör-EFFK 18.15

V36: måndag 18.30, onsdag 18.30, fredag EFFK-Vedum 17.45

V37: tisdag 18.00, torsdag 18.00, lördag EFFK -Arentorp/Helås 15.00

V38: tisdag 18.00, torsdag 18.00, söndag Herrljunga- EFFK 15.00

V39: tisdag 18.00, torsdag 18.00, lördag EFFK-Larv 15.00

Återbud: David 0706-517309    Tommy 0707-343664