

Värmdö Sporthall

TID	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	TID LÖR	LÖRDAG	TID SÖN	SÖNDAG		
16.00-16.30						08.00-09.00		08.00-09.00			
16.30-16.45	F12		F13	P08/09	F13	09.00-10.00	Match	09.00-10.00	Match		
16.45-17.00								10.00-11.00		10.00-11.00	
17.00-17.15										11.00-12.00	11.00-12.00
17.15-17.30										12.00-13.00	12.00-13.00
17.30-17.45		P11			P10	13.00-14.00		13.00-14.00			
17.45-18.00						14.00-15.00		14.00-15.00			
18.00-18.15	F09/10/11					15.00-16.00		15.00-16.00			
18.15-18.30						16.00-17.00		16.00-17.00			
18.30-18.45		F08	P07	P12	F08	17.00-18.00		17.00-18.00			
18.45-19.00										18.00-19.00	18.00-19.00
19.00-19.15	P10					19.00-20.00		19.00-20.00			
19.15-19.30						20.00-21.00		20.00-21.00			
19.30-19.45		HJ JAS	DJ JAS	Herr A	Mv-träning alt JAS-match	21.00-22.00		21.00-22.00	Ledar IB		
19.45-20.00											
20.00-20.15	Herr A										
20.15-20.30											
20.30-20.45											
20.45-21.00											
21.00-21.15	DJ	Herr A	Herr B	HJ							
21.15-21.30											
21.30-21.45											
21.45-22.00											

Hemmesta Sporthall

TID	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	TID LÖR	LÖRDAG	TID SÖN	SÖNDAG		
16.00-16.30						08.00-09.00		08.00-09.00			
16.30-16.45	P12					09.00-09.15	F14	09.00-10.00	IB Lekis		
16.45-17.00						09.15-09.30		10.00-11.00	P16		
17.00-17.15						09.30-09.45		11.00-12.00			
17.15-17.30						F12		P13	P11	12.00-13.00	P14
17.30-17.45										13.00-14.00	
17.45-18.00	P08/09	P13	P10	F09/10/11	P08/09	10.15-10.30	F15	14.00-15.00	P15		
18.00-18.15						10.30-10.45		15.00-16.00			
18.15-18.30						10.45-11.00		16.00-17.00			
18.30-18.45						11.00-11.15		17.00-18.00			
18.45-19.00						11.15-11.30		18.00-19.00			
19.00-19.15	P07	DJ Röd	P10	DJ		11.30-11.45	F16	19.00-20.00			
19.15-19.30						11.45-12.00		20.00-21.00			
19.30-19.45						12.00-12.15		21.00-22.00			
19.45-20.00						12.15-12.30					
20.00-20.15						12.30-12.45					
20.15-20.30	P06		P06	Dam B		12.45-13.00					
20.30-20.45						13.00-14.00					
20.45-21.00						14.00-15.00					
21.00-21.15						15.00-16.00					
21.15-21.30						16.00-17.00					
21.30-21.45	P06					17.00-18.00					
21.45-22.00						18.00-19.00					

Grantomtahallen

TID	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	TID	LÖRDAG	SÖNDAG
15.00-15.30						08.00-09.00		
15.30-16.00						09.00-10.00		
16.00-16.30						10.00-11.00		
16.30-17.00						11.00-12.00		
17.00-17.30						12.00-13.00		
17.30-18.00						13.00-14.00		
18.00-18.30						14.00-15.00		
18.30-19.00						15.00-16.00		
19.00-19.30						16.00-17.00		
19.30-20.00						17.00-18.00		
20.00-20.30						18.00-19.00		
20.30-21.00		Dam B		Veteran		19.00-20.00		
21.00-21.30						20.00-21.00		
21.30-22.00						21.00-22.00		