

TRENINGSPLAN MJØNDALEN LANGRENN FEBRUAR 2018 (Rekruttgruppa)

(Med forslag til skirenn hentet fra terminlista)

			1. MIF-hytta 18.00	2.	3. KM sprint, Nesbyen, fristil	4.
5.	6. Karusell MIF-hytta fristil	7.	8. MIF-hytta 18.00 (Eiker Skifestival, sprintstafett fra 11 år)	9.	10. Eiker Skifestival, fristil (skiathlon fra 13 år)	11. Ringkollrennet, fristil
12. MIF-hytta 18.00	13. Karusell Skotselv skole, klassisk	14.	15. MIF-hytta 18.00	16.	17. Mjøndalsrennet, fristil	18.
19. MIF-hytta 18.00	20.	21.	22. MIF-hytta 18.00	23.	24.	25.
26. Vinterferie	27.	28.	1. Vinterferie			

Ellen: 91 74 32 18

Bente: 48 12 59 75

Vi tar forbehold om endringer på treningsplanen, følg med på <http://ski.mif.no> og Facebook.