

Plan for 1.halvår Laser

Uke	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
1							
2		Fysisk trening					
3		Fysisk trening					
4		Fysisk trening					
5		Fysisk trening					
6		Fysisk trening					
7		Fysisk trening					
8		Fysisk trening					
9		Fysisk trening					
10		Fysisk trening					
11		Fysisk trening					
12		Fysisk trening					
13		Fysisk trening					
14		Fysisk trening					
15					Påskeferie, påskesamlinger		
16	Påskeferie, påskesamlinger						
17				Seiltrening		Norgescup, Sandefjord	
18		Tirsdagsregatta		Seiltrening		VestfoldCup, Tønsberg	
19		Tirsdagsregatta		Seiltrening		Norgescup, Kristiansand	
20		Tirsdagsregatta		Seiltrening			
21		Tirsdagsregatta		Seiltrening		VestfoldCup, Larvik	
22		Tirsdagsregatta		Seiltrening		Norgescup, Stavanger	
23		Tirsdagsregatta		Seiltrening		Pinseleir	
24	Pinseleir			Seiltrening			
25		Tirsdagsregatta		Seiltrening			
26		Tirsdagsregatta					

Plan for 2.halvår Laser

Uke	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
27							
28							
29							
30							
31							
32				Seiltrening	NM, Oslo		
33		Tirsdagsregatta		Seiltrening		VestfoldCup, Sandefjord	
34		Tirsdagsregatta		Seiltrening		VestfoldCup, Åsgårdstrand	
35		Tirsdagsregatta		Seiltrening			
36		Tirsdagsregatta		Seiltrening			
37		Tirsdagsregatta		Seiltrening		Norgescup, Ran	
38		Tirsdagsregatta		Seiltrening			
39		Tirsdagsregatta		Seiltrening		VestfoldCup, Horten	
40				Hvassersamling, Norges Seilforbund			
41		Fysisktrening					Søndagseiling
42		Fysisktrening					Søndagseiling
43		Fysisktrening					Søndagseiling
44		Fysisktrening					Søndagseiling
45		Fysisktrening					Søndagseiling
46		Fysisktrening					Søndagseiling
47		Fysisktrening					Søndagseiling
48		Fysisktrening					
49		Fysisktrening					
50		Fysisktrening					
51		Fysisktrening					
52							