

Crosskolan 2018

Övningar

Datum	Instruktör	Nybörjare/fortsättningsgrupp	Övningar	Tävlingsgrupp
11 april	Inskrivning, start	Janne Andersson	Teori tecken	Balansövningar
18 april		Vakant	Balansövningar	Höja blicken, stå upp
25 april		Vakant	Balansövningar	Spårval och kurva
2 maj		Kevin Olsen	Balansövningar	Start
9 maj		Jimmy Allen	Kurvträning	Hoppträning
16 maj		Martin Käller	Kurvträning	Spårval och kurva
23 maj		Thim zander	Kurvträning	Start
30 maj		Jimmy Allen	Kurvträning	Hoppträning
6 Juni		Kevin Olsen	Sammansatt träning	Spårval och kurva
13 Juni		Martin Käller	Sammansatt träning	Start
20 Juni		Thim Zander	Sammansatt träning	Hoppträning
27 Juni		Jimmy Allen	Sammansatt träning	Spårval och kurva
1 augusti		Kevin Olsen	Repetition balans	Start
8 augusti		Martin Käller	Repetition kurva	Hoppträning
15 augusti		Thim Zander	Repetition Start	Spårval och kurva
22 augusti		Jimmy Allen	Parträning	Start
29 augusti		Kevin Olsen	Heat	Hoppträning
5 september		Martin Käller	Repetition balans	Spårval och kurva
12 september		Thim Zander	Repetition kurva	Start
19 september	Guldhjälmsutbildning	Vakant	Allmän träning	Hoppträning
26 september	Guldhjälmsutbildning	Vakant	Allmän träning	Spårval och kurva
3 oktober	Guldhjälmsutbildning	Vakant	Allmän träning	Start
10 oktober	Avslutning	Vakant	Tävling	Hoppträning Tävling