

Mandag							
Varmtvandsbassin	Vinkel	25 m bassin					
		6	5	4	3	2	1
Søheste 161 12 16.00-16.30	Vandmænd 201 15 16.00-16.30	A6 16.00-18.30			A6 16:00-17.30		
Tanglopper 101-102-103 16.35-17.05 12	Brandmænd 221 15 16.35-17.05 12						
Rejer 121 12 17.10-17.40	Vandmænd 202 15 17.10-17.40						
Krabber 141 12 17.45-18.15	Brandmænd 222 15 17.45-18.15						
Søheste 162 12 18.20-18.50	Vandmænd 203 15 18.20-18.50						
Søheste 163 12 18.55-19.25	Brandmænd 223 15 18.55-19.25	Voksen 5 Motion 18.35-20.00 250	Flyvefisk 241	18.35-19.05	Lav ende	15	
Voksen vandskræk 5 19.30-20.00 200	Delfin 282 (fitness) 15 19.30-20.00		Haj 261	18.35-19.05	Dyb ende	15	
			Delfin 281	19.10-20.00		15	
		Master 381 20.00-21.00	15				

Svømmeklubben Laksen

1/9 2018- 31/5 2019

Tirsdag												
Varmtvandsbassin	Vinkel	25 m bassin										
		6	5	4	3	2	1					
Søheste 164 12 18.00-18.30	Vandmænd 204 15 18.00-18.30	Flyvefisk 242 18.00-18.30 15	18.00-20.00 Ungdomsskolens dykkerhold									
		Haj 262 18.00-18.30 15										
Krabber 142 12 18.35-19.05	Brandmænd 224 15 18.35-19.05	Flyvefisk 243 18.35-19.05 15										
		Haj 263 18.35.19.05 15										
Gravide 304-305-306 19.10-19.50 10	Vandmænd 205 15 19.10-19.50 10	Voksen begynder 321 15						19.10-19.50				

Onsdag							
Varmtvandsbassin	Vinkel	25 m bassin					
		6	5	4	3	2	1
Søheste 165 12 16.00-16.30	Brandmænd 225 15 16.00-16.30	A6 16.00-19.00			A6 16:00-17.40		
Tanglopper 104-105-106 16.35-17.05 12	Vandmænd 206 15 16.35-17.05 12				Stjernehold 291 (dryland) 17.10-17.40		
Rejer 122 12 17.10-17.40	Brandmænd 226 15 17.10-17.40 Emmelie/				Stjernehold 291 15 17.40-18.25		
Krabber 143 12 17.45-18.15	Vandmænd 207 15 17.45-18.15 Emmelie/				Flyvefisk 244 18.30-19.00 15		
Søheste 166 12 18.20-18.50	Brandmænd 227 15 18.20-18.50 Emmelie/				Haj 264 18.30.19.00 15		
Søheste 167 12 18.55-19.25	Vandmænd 208 15 18.55-19.25 Emmelie/				Voksen øvet 341 15 19.05-19.45		
	Delfin 281 (fitness) 15 19.30-20.00	19.00-20.00 Ganløse TRI			Master 381 15 19.05-21.00		
		20.00-21.00 Ganløse TRI					

Svømmeklubben Laksen

1/9 2018- 31/5 2019

Torsdag							
Varmtvandsbassin	Vinkel	25 m bassin					
		6	5	4	3	2	1
Søheste 168 12 18.00-18.30	Brandmænd 228 15 18.00-18.30	A6 18.00-19.45			Flyvefisk 245 18.00-18.30 15		
					Hajer 265 18.00-18.30 15		
Søheste 169 12 18.35-19.05	Vandmænd 209 15 18.35-19.05				Flyvefisk 246 18.35-19.05 15		
					Hajer 266 18.35-19.05 15		
Gravide 301-302-303 19.10-19.50 10	Brandmænd 229 15 19.10-19.40				Aqua fitness 371 15		
					19.10-19.40 19.40-19.50 Varmtvand. Udstrækning		

Fredag							
Varmtvandsbassin	Vinkel	25 m bassin					
		6	5	4	3	2	1
Tanglopper 107-108-109 10.00-10.30 12	Skolerne						
Tanglopper 110-111-112 10.35-11.05 12							
Tanglopper 113-114-115 11.10-11.40 12							

Tilmelding på www.svoem-laksen.dk

Nyheder på www.facebook.com/svoemlaksen

Svømmeklubben Laksen

1/9 2018- 31/5 2019

Lørdag							
Varmtvandsbassin	Vinkel	25 m bassin					
		6	5	4	3	2	1
Søheste 170 12 12.00-12.30	Vandmænd 210 15 12.00-12.30	A6 12.00-15.00			Flyvefisk 247 12.00-12.30 15		
					Hajer 267 12.00-12.30 15		
Flyvefisk 248 12.35-13.05 15							
Hajer 268 12.35-13.05 15							
Flyvefisk 249 13.10-13.40 15							
Hajer 269 13.10-13.40 15							
Tanglopper 116-117-118 12.35-13.05 12	Brandmænd 230 15 12.35-13.05 12				Delfin 282 13.45-14.35 15		
Rejer 123 12 13.10-13.40	Vandmænd 211 15 13.10-13.40						
Krabber 144 12 13.45-14.15	Brandmænd 231 15 13.45-14.15						
Søheste 171 12 14.20-14.50	Vandmænd 212 15 14.20-14.50						
15.00 Ganløse TRI	15.00 Ganløse TRI	15.00 Ganløse TRI			15.00 Ganløse TRI		