

IDROTT OCH HÄLSA 2018/2019

VECKA	IDH ÅR 7	FYS ÅR 7	IDH ÅR 8	FYS ÅR 8	IDH ÅR 9	FYS ÅR 9	Utedag (Tisdag)	Utedag (Onsdag)
34	Intro/Samarbete	Intro/Samarbete	Samarbete/Lekar	Samarbete/Lekar	Samarbete/Lekar	Samarbete/Lekar		
35	Softboll	Styrka (utegym)	Softboll	Styrka (utegym)	Softboll	Styrka (utegym)	9 AB Friluftsliv Bolle	9 CD Friluftsliv Bolle
36	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	9 EF	7 AB
37	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	7 CD	7 EF
38	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	8 AB	8 CD
39	Coopertest	Intervaller	Konditionsträning	Intervaller	Coopertest	Intervaller	8 EF	8 G
40	Racketspel	Intro (Karma)	Fyskollen	Fyskollen	Rackertspel	Fys (Karma)	Uppsamling År 7-8	Uppsamling År 9
41	Racketspel	Fystest	Rackertspel	Fystest	Rackertspel	Fystest	9 AB HLR, Kroppen	9 CD HLR, Kroppen
42	Simning/Basket	Fys	Simning/Basket	Fys	Simning	Fys	9 EF	7 AB HLR, Kroppsideal
43	Simning/Basket	Fys	Simning/Basket	Fys	PRAO	PRAO	8 AB HLR, Droger	8 CD HLR, Droger
44	HÖSTLOV	HÖSTLOV	HÖSTLOV	HÖSTLOV	HÖSTLOV	HÖSTLOV	HÖSTLOV	HÖSTLOV
45	Bollekar	Fys	PRAO	PRAO	Bollekar	Fys	7 CD HLR, Kroppsideal	7 EF HLR, Kroppsideal
46	Dans	Fys	Dans	Fys	Dans	Fys	8 EF HLR, Droger	8 G HLR, Droger
47	Dans	Fys	Dans	Fys	Dans	Fys	Uppsamling År 7	Uppsamling År 8
48	Dans	Fys	Dans	Fys	Dansprov	Fys	Uppsamling År 9	7 AB Dans
49	Redskapsgymnastik	Fys	Redskapsgymnastik	Fys	Redskapsgymnastik	Fys	7 CD Dans	7 EF Dans
50	Redskapsgymnastik	Fystest	Redskapsgymnastik	Fys	Redskapsgymnastik	Fystest	Uppsamling Dans	Uppsamling Idh
51	Lekar	Fys	Lekar	Fys	Lekar	Fys	Uppsamling Idh	Uppsamling Idh
52	JULLOV	JULLOV	JULLOV	JULLOV	JULLOV	JULLOV	JULLOV	JULLOV

Inneperiod: vecka 40 - vecka 16 (is ute vecka 7)

IDROTT OCH HÄLSA 2018/2019

VECKA	IDH ÅR 7	FYS ÅR 7	IDH ÅR 8	FYS ÅR 8	IDH ÅR 9	FYS ÅR 9	Utedag (Tisdag)	Utedag (Onsdag)
2	Basket	Fys	Basket	Fys	Basket	Fys		
3	Basket	Fys	Basket	Fys	Basket	Fys	8 AB Vinterfriluftsliv	8 CD Vinterfriluftsliv
4	Lekar	Fys	Lekar	Fys	Lekar	Fys	8 EF	8 G
5	Simning/Racket	Fys	Simning/Racket	Fys	Simning/Racket	Fys	7 AB	7 CD
6	Simning/Racket	Fys	Simning/Racket	Fys	Simning/Racket	Fys	7 EF	Uppsamling År 8
7	Is	Fys	Is	Fys	Is	Fys	Uppsamling År 7	8 AB Dans
8	Gladiatorerna	Fys	Gladiatorerna	Fys	Gladiatorerna	Fys	8 CD Dans	8 EF
9	Hinderbana	Fys	Hinderbana	Fys	Hinderbana	Fystest	8 G	Uppsamling Dans
10	SPORTLOV	SPORTLOV	SPORTLOV	SPORTLOV	SPORTLOV	SPORTLOV	SPORTLOV	SPORTLOV
11	Volleyboll	Fys	Volleyboll	Fys	Volleyboll/Innebandy	Vårshow	NP Sv	9 A Dans Fm
12	Volleyboll	Fys	Volleyboll	Fys	Volleyboll/Innebandy	Vårshow	9 B Dans Fm	Friluftsdag?
13	Innebandy	Fys	Innebandy	Fys	Volleyboll/Innebandy	Vårshow	9 C Dans Fm	9 D Dans FM
14	Innebandy	Fys	Innebandy	Fys	Volleyboll/Innebandy	Vårshow	9 E Dans Fm	NP No
15	Lekar	Fys	Fyskollen	Fyskollen	Volleyboll/Innebandy	Vårshow	NP Eng	9 F Dans Fm
16	Lekar	Fystest	Lekar	Fys	Volleyboll/Innebandy	Vårshow	PV	PV
17	PÅSKLOV	PÅSKLOV	PÅSKLOV	PÅSKLOV	PÅSKLOV	PÅSKLOV	PÅSKLOV	PÅSKLOV
18	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	7 AB Orientering	Helgdag
19	Orientering	Orientering	Orientering	Orientering	Prova på aktivitet	Orientering	7 CD	7 EF Orientering
20	Fotboll	Fotboll	Fotboll	Fotboll	Fotboll	Fotboll	8 AB	8 CD
21	Coopertest	Ultimate	Ultimate	Ultimate	Coopertest	Ultimate	8 EF	8 G
22	Brännboll	Elevens val	Brännboll	Elevens val	Brännboll	Elevens val	9 AB	9 CD
23	Brännboll	Elevens val	Brännboll	Elevens val	Brännboll	Elevens val	9 EF	Uppsamling Ori.

Inneperiod: vecka 40 - vecka 16 (is ute vecka 7)