

MASTERPLAN GRUPPE 1 I UKE 40

Gruppe 1 har garderobe 4 hele uken under hockeycampen i høstferien.

Tidspunkt	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
0800- 0900	Isøkt med Person	Isøkt med Person	Isøkt med Person	Isøkt med Person	Isøkt med Person
0930 - 1015	Kølleteknikk/ Innebandy i gymsal/Dusj	Kølleteknikk/ Innebandy i gymsal/Dusj	Kølleteknikk/ Innebandy i gymsal / Dusj	Kølleteknikk/ Innebandy i gymsal / Dusj	Kølleteknikk/ Innebandy i gymsal / Dusj
1045 - 1115	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
1145 - 1245	Isøkt med Person	Isøkt med Person	Isøkt med Person	Isøkt med Person	Isøkt med Person
1245 - 1330	Stretch/frukt/ Væske /Dusj	Stretch/frukt/ Væske / Dusj	Stretch/frukt/ Væske / Dusj	Stretch/frukt/ Væske /Dusj	Stretch/frukt/ Væske / Dusj
1330 - 1430	Leik /ballspill	Leik /ballspill	Leik / Ballspill	Leik / Ballspill	Leik / Ballspill
1530 - 1605	Spill på is m. Danielsen	Spill på is m. Danielsen	Spill på is med Danielsen	Spill på is med Danielsen	Spill på is med Danielsen
1605 - 1630	Dusj og rydding av gardrobe	Dusj og rydding av gardrobe	Dusj og rydding av gardrobe	Dusj og rydding av gardrobe	Dusj og rydding av gardrobe

Gruppeledere:

Per Kristian Person tlf. 979 70 614

Martine Henriksen tlf. 938 20 851

Martin Haga tlf. 415 95 940