



## MASTERPLAN GRUPPE 2 I UKE 33 / 2018

Gruppe 2 skal ha garderobe 4 hele uken.

| Tidspunkt   | Mandag                                | Tirsdag                               | Onsdag                                | Torsdag                               | Fredag                                |
|-------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| 0830 – 0900 | Forberedelse til is                   | Forberedelse til is                   | Forberedelse til is                   | Forberedelse til is                   | Forberedelse til is                   |
| 0915 - 1015 | Isøkt med Lasse Breivold              | Isøkt med Van Voorhis                 | Isøkt med Van Voorhis                 | Isøkt med Van Voorhis                 | Isøkt med M. Hansen                   |
| 1030 - 1115 | 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 |
| 1115 - 1145 | Lunsj                                 | Lunsj                                 | Lunsj                                 | Lunsj                                 | Lunsj                                 |
| 1200 - 1245 | Forberedelse til is                   | Forberedelse til is                   | Forberedelse til is                   | Forberedelse til is                   | Forberedelse til is                   |
| 1300 – 1400 | Isøkt med Lasse Breivold              | Isøkt med M. Andresen                 | Isøkt med M. Andresen                 | Isøkt med M. Andresen                 | Isøkt med M. Hansen                   |
| 1430 – 1500 | Frukt                                 | Frukt                                 | Frukt                                 | Frukt                                 | Frukt                                 |
| 1600-1630   | Kamp Gr. 2 Gruppeledere               | Kamp Gr. 2 Gruppeledere               | Kamp Gr. 2 Gruppeledere               | Kamp Gr. 2 Gruppeledere               | Kamp Gr. 2 Gruppeledere               |
| 1630-1700   | Dusj og rydding av garderobe          | Dusj og rydding av garderobe          | Dusj og rydding av garderobe          | Dusj og rydding av garderobe          | Dusj og rydding av garderobe          |

**Lørdag 18.08.18 kl. 1015 – 1115 er det kamp**

### Gruppeledere:

Eirik Stømner tlf. 40100556

Markus Lam tlf. 46761357

Shafaat Hashim tlf. 94890908

Lucas Trygg tlf. 98284980

Strykemerker og varmpresser.



www.transferpress.no  
en merkebedrift for ditt idrettslag, forening, bedrift m.m.

Dekk&Konseptklær.

**RUSS X PRESS**

www.russxpress.no

Profil&Hockeytrøyer.

**DISPLAYS**

www.displayas.no