



MASTERPLAN GRUPPE 3 I UKE 8/2018

Gruppe 3 skal ha garderobe 5 og 6

Tidspunkt	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
0900-0945	Fysisk Hermansen	Fysisk Hermansen	Fysisk Hermansen	Fysisk Hermansen	Fysisk Hermansen
1030 – 1130	Isøkt med Espen Sæther	Isøkt med Espen Sæther	Isøkt med Espen Sæther	Isøkt med Espen Sæther	Isøkt med L. Breivold
1130 – 1200	Dusj	Dusj	Dusj	Dusj	Dusj
1200 - 1230	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
1300 – 1345	Ballspill/ Kølleteknikk	Ballspill/ Kølleteknikk	Ballspill/ Kølleteknikk	Ballspill/ Kølleteknikk	Ballspill/ Kølleteknikk
1415 – 1515	Isøkt med M. Andresen	Isøkt med M. Andresen	Isøkt med M. Andresen	Isøkt med Espen Sæther	Isøkt med M. Hansen
1530-1600	Stretch/frukt/ Væske	Stretch/frukt/ Væske	Stretch/frukt/ Væske	Stretch/frukt/ Væske	Stretch/frukt/ Væske
1630-1700	Spill på is med M. Andresen	Spill på is med M. Andresen	Spill på is med Roen	Spill på is med L. Breivold	Spill på is med M. Hansen
1700-1730	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

Gruppeledere:

Joachim Hermansen tlf.93437952

Alexander Brøther tlf. 46831073

Jon Rafoss tlf. 90947887

Bendik Lund Hansen tlf. 41264167

Strykemerker og varmepresser.



Dekk&Konseptklær.

RUSSXPRESS

www.russxpress.no

Profil&Hockeytrøyer.

DISPLAYS

www.displayas.no