



MASTERPLAN GRUPPE 2 I UKE 33 / 2020

Gruppe 2 skal ha garderobe 3 og 4 i uke 33

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 Mathias Trygg	Isøkt med Mathias Trygg	Isøkt med Mathias Trygg	Isøkt med Mathias Trygg	Isøkt med Mathias Trygg
1030 - 1115	Fysisk Michael Kleppen	Fysisk Michael Kleppen	Fysisk Michael Kleppen	Fysisk Michael Kleppen	Fysisk Michael Kleppen
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 M. Andresen	Isøkt med M. Andresen	Isøkt med M. Andresen	Isøkt med Mathias Trygg	Isøkt med Mathias Trygg
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	Rydding av garderobe	Rydding av garderobe	Rydding av garderobe	Rydding av garderobe	Rydding av garderobe

Målvakter Gruppe 2 har målvakt trening med målvakts trener Bror Marius i økten før lunsj.

Gruppeledere:

Markus Bing Kvernes tlf. 99405005

Markus Lam tlf. 46761357

Emil Frøshaug tlf. 92807071

Aron Breivold tlf. 95701723

Strykemerker og varmpresser.



Dekk&Konseptklær.

RUSSXPRESS

www.russxpress.no

Profil&Hockeytrøyer.

DISPLAYS

www.displayas.no