



## SOMMARLÄGER 2019

2019-08-14

### U14 (06), 15-18 aug.

<b>Torsdag 15 aug.</b>			
<b>Svart</b>	<b>Vit</b>		<b>Gul</b>
09.00 Inskrivning vid konf.center			
09.30 Deltagar- och föräldrainfo, nya sporthallen			
10.00 Samling omkl.rum			
10.00 Föräldrainfo, cafaterian			
11.00-12.00 Is	11.00 Lunch	11.15 Lunch	
12.30 Lunch	12.15-13.15 Is	12.00 Aktivitet	
13.30 Fys	14.00 Mellanmål	13.30-14.30 Is	
15.00 Mellanmål	15.00 Fys	15.30 Mellanmål	
16.30-17.30 Is	17.00 Middag	16.30 Fys	
18.15 Middag	18.15-19.15 Is	18.00 Middag	
19.00 Aktivitet	20.00 Aktivitet	19.30-20.30 Is	
21.00 Kvällsmål	21.15 Kvällsmål	21.30 Kvällsmål	
<b>Fredag 16 aug.</b>			
<b>Svart</b>	<b>Vit</b>		<b>Gul</b>
07.00 Frukost MV (alla)			
07.30 Frukost	07.45 Frukost	08.00 Frukost	
08.00-08.45 Is MV (alla)			
09.00-10.00 Is	08.45 Aktivitet	09.30 Fys	
10.30 Aktivitet	10.15-11.15 Is		
12.00 Lunch	11.45 Lunch	11.30-12.30 Is	
13.00-14.00 Is	12.30 Fys	13.00 Lunch	
14.15 Fys	14.15-15.15 Is	13.30 Aktivitet	
15.30 Middag	15.30 Middag	15.30-16.30 Is	
17.00 Match	17.00 Match	17.00 Middag	
19.00 Match		19.00 Match	
21.15 Kvällsmål	21.00 Kvällsmål	21.30 Kvällsmål	
Mellanmål för svart och vit efter 1:a matchen			
<b>Lördag 17 aug.</b>			
<b>Svart</b>	<b>Vit</b>		<b>Gul</b>
07.00 Frukost MV (alla)			
08.00 Frukost	07.30 Frukost	07.45 Frukost	
08.00-08.45 Is MV (alla)			
09.30 Fys	09.00-10.00 Is	09.00 Teori	
	10.45 Teori	10.15-11.15 Is	
11.30-12.30 Is	11.45 Lunch	12.00 Lunch	
13.15 Lunch	13.00-14.00 Is	12.30 Fys	
14.00 Teori	14.15 Fys	14.15-15.15 Is	
15.30-16.30 Is	15.30 Middag	15.30 Middag	
17.30 Middag	17.00 Match	17.00 Match	
19.00 Match	19.00 Match		
21.30 Kvällsmål	21.15 Kvällsmål	21.00 Kvällsmål	
Mellanmål för vit och gul efter 1:a matchen			
<b>Söndag 18 aug.</b>			
<b>Svart</b>	<b>Vit</b>		<b>Gul</b>
07.00 Frukost MV (alla)			
08.00 Frukost	07.45 Frukost	07.30 Frukost	
08.00-08.45 Is MV (alla)			
	09.00 Fys	09.00-10.00 Is	
10.15-11.15 Is		10.30 Fys	
12.15 Lunch	11.30-12.30 Is	12.15 Lunch	
14.00 Match	13.30 Lunch	14.00 Match	
16.00 Fys	16.00 Match	16.00 Match	
18.00 Avslut	18.00 Avslut	18.00 Avslut	
Mellanmål för svart och gul efter 1:a matchen			