

Hallstavik Schedule

2019.12.07-08 Pojkar & Flickor -06-07-08 Camp

Lördag				Söndag			
	Group 1		FÖR		Group 1		FÖR
7 :30		7 :30		7 :30		7 :30	
8 :15		8 :15		8 :15		8 :15	
8 :30		8 :30		8 :30		8 :30	
8 :45		8 :45		8 :45	Samling	8 :45	
9 :15		9 :15		9 :15	Genomgång/Theory	9 :15	G2
9 :30		9 :30		9 :30	Upvärmning	9 :30	
9 :45		9 :45		9 :45	Change	9 :45	
10 :15		10 :15		10 :15	ICE	10 :15	
10 :30		10 :30		10 :30		10 :30	
10 :45		10 :45		10 :45		10 :45	
11 :20		11 :20		11 :20	Eftersnack/Frukt	11 :20	
11 :30		11 :30		11 :30		11 :30	
11 :45	Samling	11 :45		11 :45		11 :45	
12 :15	Genomgång/Theory	12 :15	G1	12 :15	LUNCH	12 :15	
12 :30		12 :30		12 :30		12 :30	
12 :45		12 :45		12 :45	Genomgång/Theory	12 :45	
13 :15	Upvärmning	13 :15		13 :15		13 :15	
13 :30	Change	13 :30		13 :30		13 :30	
13 :45		13 :45		13 :45	Upvärmning	13 :45	
14 :15	ICE	14 :15		14 :15	Change	14 :15	ICE Goalies
14 :30		14 :30		14 :30	ICE	14 :30	
14 :45		14 :45		14 :45		14 :45	
15 :20	Eftersnack/Frukt	15 :20		15 :20	ICE	15 :20	
15 :30		15 :30		15 :30		15 :30	
15 :45	Dinner	15 :45		15 :50	Eftersnack/Frukt	15 :50	G2
16 :15		16 :15		16 :15		16 :15	
16 :30		16 :30		16 :30		16 :30	
16 :45	Genomgång/Theory	16 :45		16 :45		16 :45	
17 :15	Upvärmning	17 :15	Ice Goalies	17 :15		17 :15	
17 :30	Change	17 :30		17 :30		17 :30	
17 :40		17 :40		17 :45		17 :45	
18 :15	ICE	18 :15		18 :15		18 :15	
18 :30		18 :30		18 :30		18 :30	
18 :45		18 :45		18 :45		18 :45	
19 :15	Eftersnack/Frukt	19 :15	G1	19 :15		19 :15	

■ =Spoolning

FÖR=Föräldrar = ■ G1 - G2



UPPLANDS ISHOCKEYFÖRBUND