



Sommarcamp 2023 Födda 2009

Måndag 7/8

Team 09

Grupp 1

08:00	Samling omkl.rum
08:15-08:45	Uppstart UIF Stugan
09:15-10:15	Isträning
10:30-11:00	Fysträning
11.15	Lunch
12:00-12:30	Teori
13:00-14:00	Isträning
14:30	Middag
16:15-17:15	Match
17:30	Slut för dagen

Grupp 2

08:00	Samling omkl.rum
08:15-08:45	Uppstart UIF Stugan
09:15-09:45	Fysträning
10:30-11:30	Isträning
12:00	Lunch
13:00-13:30	Teori
14:15-15:15	Isträning
15:30	Middag
17:30-18:30	Match
18:45	Slut för dagen

Tisdag 8/8

Team 09

Grupp 1

08:45	Samling, omkl.
09:00-09:30	Fysträning
10:15-11:15	Isträning
11:45	Lunch
12:30-13:30	Teori värdegrund
13:45-14:15	Fysträning
14:30	Middag
15:50-16:40	Isträning
16:55-17:45	Match
18:00	Slut för dagen

Grupp 2

08:30	Samling, omkl.
09:00-10:00	Isträning
10:15-10:45	Fysträning
11:00	Lunch
12:55-13:45	Isträning
14:00-14:50	Match
15:15	Middag
15:45-16:45	Teori värdegrund
17:00-17:30	Fysträning
17:45	Slut för dagen

Onsdag 9/8

Team 09

Grupp 1

08:30	Samling omkl.
09:15-10:15	Isträning
10:30-11:00	Fysträning
11.15	Lunch
12:00-12:30	Teori
13:00-14:00	Isträning
14:30	Middag
16:15-17:15	Match
17:30	Slut för dagen

Grupp 2

08:30	Samling, omkl.
09:15-09:45	Fysträning
10:30-11:30	Isträning
12:00	Lunch
13:00-13:30	Teori
14:15-15:15	Isträning
15:45	Middag
17:30-18:30	Match
18:45	Slut för dagen