

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
7.45-8.45 TCH + VGIE 8.45-9.30 vgie1 9.30-10.15 vgie2			7.45-8.45 TCH	VGIE 8.00-9.00 vgie1 9.00-10.00vgie2	8.00 – 8.45 <i>p-træning + selvtræning</i>	8.00 – 9.00 M
					8.45 – 9.30	9.00 – 10.00 K2/K3 + K1
15.00 – 15.45 <i>p-træning + selvtræning</i>	14.45-15.30 <i>p-træning + selvtræning</i>		15.00 – 15.45 <i>p-træning + selvtræning</i>		9.30 – 10.15 SSK + Teen	10.00– 10.15 Iskørsel
16.00 -16.45 FF1 + FF2	15.45 – 16.30 K2/K3 + M		16.00 – 16.45 FF2+ FF1 + FS	16.45 – 17.45 FS + FF1	10.15 – 10.30 Iskørsel	10.15 – 11.15 M
16.45 – 17.30 SSK + Teen			18.00 – 18.15 Iskørsel (dobbelt pga dårlig is)	17.45-18.45 M	10.30– 11.45 K2/K3	11.15– 12.15 FS
17.30 - 17.45 Iskørsel	18.30 - 19.30 K1+VGIE		18.15 – 18.30 Iskørsel	18.45-19.45 K1 + VGIE + FF2	Frokostpause 30 min	12.15 – 13.15 FF2 + FF1
17.45 – 18.30 M + K2/K3	19.30 – 20.15 OldStars +Motion2		18.30 – 19.45 M + K2/K3 + K1	19.45– 20.00 Iskørsel		
	20.15-20.30 Iskørsel		19.45 – 20.45 OldStars + VGIE + Motion2	20.00– 21.15 K2/K3 + M	Skøjtehal 12.15 – 13.30 M + OldStars	
	20.30 – 21.30 K1 + VGIE					

OFF ICE:

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
16.00 – 17.00 TCH- styrketræning med Mikkel 17.00 – 17.45 FF1 + FF2 (v. Anni)	16.45 – 17.30 K2/K3 + M 17.30 – 18.15 K1 + VGIE		17.30-18.15 K2/K3 + M + K1	15.45-16.30 FS + FF1		13.30-14.15 FF2