

Træningsplan juni 2021

Dag	HAL	TID	HOLD	TRÆNER	TID	OFF ICE	Træner	TID	Rotator	Træner
Mandag	2	15.15-16.00	E3 + E2y	D+N+J (G)						
	2	16.00-16.45	E2o	G (D)(N)	16.10-16.55	E3 + E2y	J	17.45-18.00	E2o	J
	2	17.00-18.00	M + E1	D (G)(N)	16.55-17.40	E2o	J			
Tirsdag	2	15.15-16.00	E3 + E2y	J+D (G)						
	2	16.00-17.00	M + E1 + E2o	D+G	17.15-18.00	M + E1 + E2o	J	16.15-17.15	E2y	J
	2	17.15-18.00	EK2 + F1 ekstra	G (D)	18.10-18.55	EK2	G	18.00-18.15	M	J
Onsdag	2	15.15-16.00	E2y	N						
	2	16.00-16.45	M + E2o	N+D	16.10-16.55	E2y	J			
	2	17:00-17.45	M + E1	N+D (G)				16.55-17.40	E2y	J
	2	17.45-18.30	F2o	G (D)(N)	18.35-19.20	EK1	J	18.00-18.30	M	J
	2	18.45-19.30	F1 + EK2	G+N (D)	19.45-20.15	Voksenhold	J			
	2	19.30-20.15	EK1	N+G	19.40-20.15	Kontortid	D			
	2	20.30-21.20	Voksenhold	D+J						
Torsdag	2	16.15-17.05	F2y	G	15.15-16.00	F2y	G			
	2	17.05-18.00	F1 + EK2	G	18.10-18.55	F1 + EK2	G			
Fredag	2	14.15-15.00	Program							
	2	15.15-16.00	E3 + E2y	N+J (D)				16.15-17.15	E2y	J
	2	16.00-17.00	M + E1 + E2o	N+D	17.15-18.00	M + E1	J	17.15-18.15	E2o	D
	2	17:15-18:00	EK2	N						
Lørdag	2	08.00-08.45	E3	J (D)						
	2	08.45-09.30	M + E1	D	8.55-9.40	E3	J			
	2	09.45-10.30	M	D	10.40-11.25	M	J	9.40-10.10	E1	J
	2	10.30-11.15	EK1	D						
	2	11.30-12.15	E2y	D				11.25-11.55	M	J
	2	12.15-13.00	Voksenhold ekstra + F2yo ekstra	D+J						
Søndag	2	13.15-14.00	E2o + EK2	N (G)						
	2	14.00-14.45	M + E1	N						
	2	15.00-15.45	EK1	N	14.45-15.30	F2o	G			
	2	15.45-16.30	F2o	G (N)						
	2	16.45-17.30	F2y	G (N)						
	2	17.30-18.20	F1	G (N)						