

Träningschema från den 17/1 2019

	B-hallen	A-hallen
Måndag	08.00-09.30 NIU 15.30-16.30 4 + Tone, Olivia, Ida, Zoe 16.15-17.15 2 + Jenny L, Nellie M Spolning 17.30-18.30 1 18.30-19.30 5 (ej Emilia, Hilma) + Freddie, Ella M, Felicia F, Ebba, Rebecca J, Elin J, Tove, Maja P, Felicia A	
Tisdag	08.00-09.30 Momentum 10.10-11.30 NIU 15.30-16.30 4:4, 4:5 16.15-17.15 2 + Nellie M, Olivia, Merle, Spolning 17.30-18.30 1 + Ella F 18.30-19.30 3 + Emilia K, Hilma	
Onsdag	15.30-16.30 3 16.45-18.15 Skridskoskola 17.30-18.15 7 Spolning 18.30-19.20 5 + Maja P, Felicia A 19.10-20.00 2 + Merle, Roclynn, Märtha Spolning 20.15-21.15 1	16.15-17.15 4 + 6
Torsdag	10.10-11.30 NIU 16.00-17.00 Lina, Julia, Iris, Merle, Isabelle, Johanna, Ella D, Nicole, Ella F 17.00-18.00 2 + Zoe, Malin G, Maia, Nellie M, Olivia	16.00-17.00 4
Fredag	08.00-09.30 Momentum 15.15-16.15 Roclynn, Julia, Ella F, Ella D, Johanna, Isabelle 16.00-17.00 Nicole, Elin J, Merle, Maia, Malin G, Saga Lina, Iris 17.00-18.00 6 + 3:5 ggr (ej Nellie M, Olivia) + Siri G, Alexandra Edit, Nellie W	

Lördag 08.00-09.00 5 + vuxengrupp
09.00-10.00 6, 7 + Simon, Elin J, Ella M, Freja, Josefine
Alva

Söndag 08.15-09.15 5:4, 4:5
09.15-10.15 3
Spolning
10.30-11.45 1, 2

Fysträning

Måndag 16.40-17.15 grupp 4
17.30-18.15 grupp 5 + övriga som är på isen 18.30-19.30
18.40-19.30 grupp 1

Tisdag 17.25-18.15 grupp 2 + Emilia, Hilma, Merle, Nellie M

18.40-19.30 grupp 1

Onsdag 17.25-18.15 grupp 4
18.20-18.55 grupp 2

Torsdag 17.00-18.00 grupp 1
18.05-19.00 grupp 2 + Zoe, Malin G, Maia, Nellie M, Olivia

Söndag 10.30-11.30 grupp 3