

# Hanna Olsson Hockey Camp vecka 29



MÅN-FRE 13-17 jul	v29 TJEJER 2008-10	v29 TJEJER 2011-12	v29 TJEJER 2013-14	v29 TJEJER 2015-17	MÅN-FRE 13-17 jul
	Mellanmål = frukt finns hela dagen	Mellanmål = frukt finns hela dagen	Mellanmål = frukt finns hela dagen	Mellanmål = frukt finns hela dagen	
07.00-07.30					07.00-07.30
07.30-08.00	7.30 Frukost i Gøstahallen <i>7.30 Samling måndag</i>				07.30-08.00
08.00-08.30	7.45 Uppvärmning	8.00 Frukost i Gøstahallen <i>8.00 Samling måndag</i>	8.15 Frukost i Gøstahallen <i>8.15 Samling måndag</i>		08.00-08.30
08.30-09.00	8.30-9.20 Istråning	8.45 Uppvärmning		8.30 Samling ishall + frukost i Gøstahallen	08.30-09.00
09.00-09.30			9.00 Bollspel	9.15 Bollspel	09.00-09.30
09.30-10.00	9.45-10.45 Fys	9.30-10.20 Istråning			09.30-10.00
10.00-10.30				10.15 Skottramp	10.00-10.30
10.30-11.00		10.45-12.00 Fys	10.30-11.20 Istråning		10.30-11.00
11.00-11.30	11.00 Lunch				11.00-11.30
11.30-12.00		11.45 Lunch MV	11.45 Lunch 11.30 Lunch MV	11.30-12.20 Istråning	11.30-12.00
12.00-12.30	12.00 Teori	12.00 Lunch			12.00-12.30
12.30-13.00				12.45 Lunch 12.30-13.20 MV-is	12.30-13.00
13.00-13.30	12.30-13.20 MV-is	12.30-13.20 MV-is		<i>fixa matlåda</i>	13.00-13.30
13.30-14.00	13.30-14.50 Istråning	13.00 Teori	13.00 Fys / Bad <i>ons: ÖMC 13.30-14.30</i>	13.45 Fys / Bad	13.30-14.00
14.00-14.30	<i>60 min smålagsspel med 2011-12</i>	14.00-15.20 Istråning			14.00-14.30
14.30-15.00		<i>60 min smålagsspel med 2008-10</i>			14.30-15.00
15.00-15.30	14.30 Bad / Off-ice <i>ons: ÖMC 15.00-15.30</i>			15.15 Middag	15.00-15.30
15.30-16.00	<i>15.00 Avslut fredag</i>	15.45 Bad / Off-ice <i>ons: ÖMC 15.45-16.45</i>	15.30-16.20 Istråning		15.30-16.00
16.00-16.30	16.15 Middag	<i>16.00 Avslut fredag</i>			16.00-16.30
16.30-17.00		16.45 Middag		16.30-17.20 Istråning	16.30-17.00
17.00-17.30			17.15 Middag <i>17.00 Avslut fredag</i>		17.00-17.30
17.30-18.00	17.30-18.20 Istråning <i>ej mån+fre</i>			17.30 Avslut	17.30-18.00
18.00-18.30	<i>Intermatch tis+tor med 11-12</i>		18.00 Bollspel - Lek		18.00-18.30
18.30-19.00	18.45 Bollspel - Lek	18.30-19.20 Istråning <i>ej mån+fre</i>			18.30-19.00
19.00-19.30		<i>Intermatch tis+tor med 08-10</i>			19.00-19.30
19.30-20.00	19.30 Kvällsmål (ej mån)		19.30-20.20 Istråning <i>ej mån+fre</i>		19.30-20.00
20.00-20.30		20.00 Kvällsmål (ej mån)	<i>Intermatch tis+tor</i>		20.00-20.30
20.30-21.00			20.45 Kvällsmål (ej mån)		20.30-21.00
21.00-21.30					21.00-21.30
21.30-22.00	<b>GOD NATT</b>	<b>GOD NATT</b>	<b>GOD NATT</b>		21.30-22.00
22.00-22.30					22.00-22.30

OBS! Reservation för ändringar i schemat

**Söndag kl 20:00 : Teams-möte med alla föräldrar: Information om campen**

**Måndag kl 17:30 - 20:00 : Gemensam aktivitet för alla (spelare, föräldrar, ledare). Hjälviks badplats. Hamburgare, Bad, Volleyboll, Krabbtävling för spelare och Trailrun för anhöriga.**

vecka 29	17.00	Volleyboll	17.00	17.00
cirkatider	17.30	Volleyboll	17.30	Bad / krabbor
	18.00	Bad / krabbor	18.00	Bad / krabbor
	18.30	Bad / krabbor	18.30	Volleyboll
	19.00	Hamburgare	19.00	Volleyboll
	19.30		19.30	Hamburgare



**HANNA OLSSON**  
HOCKEY CAMP