

05/08/18		06/08/18						
		Mandag						
		U9	U11	U13	U17	Målmænd	U9	
06.45		06.45					06.45	
07.00		07.00			Mødetid		07.00	
07.15		07.15			Omkledning		07.15	
07.30		07.30			U13		07.30	
07.45		07.45	Mødetid		Istræning		07.45	
08.00	RIK CAMP	08.00	Mødetid	Boldspil med	07:30-08:30		08.00	
08.15		08.15	Omkledning	Micki			08.15	
08.30		08.30		08:00-09:00	Omkledning		08.30	
08.45		08.45	U9	(græsplænen)		Mødetid	08.45	
09.00		09.00	08:45-09:45	Snack		Boldspil med	09.00	
09.15		09.15			Hygge i	Micki	09.15	
09.30		09.30		Omkledning	Cafén	09:00-10:00	09.30	
09.45		09.45	Omkledning		Snack	(Græsplænen)	09.45	
10.00		10.00		U11	Boldspil med	Snack	10.00	
10.15		10.15	Snack	Istræning	Micki	Hygge i	10.15	
10.30		10.30	Hygge i	10:00-11:00	10:00-11:00	Cafén	10.30	
10.45		10.45	Cafén		(Græsplænen)	Omkledning	10.45	
11.00		11.00	Boldspil med	Omkledning	Skudtræning på		11.00	
11.15		11.15	Micki		egen hånd	U17	11.15	
11.30		11.30	11:00-12:00	Frokost		Istræning	11.30	
11.45	Iskørsel	11.45	(Græsplænen)			11:15-12:15	11.45	
12.00	Indskrivning	12.00	Frokost	Omkledning	Frokost	Omkledning	12.00	
12.15	Fri is	12.15		Svømmehal		Omkledning	12.15	
12.30	Skøjteslibning	12.30	Skudtræning på	12:15-13:15		Målmænd	12.30	
12.45	12:00-15:00	12.45	egen hånd		Omkledning	Istræning	12.45	
13.00		13.00				12:30-13:30	13.00	
13.15		13.15	Omkledning	Omkledning	Svømmehal		13.15	
13.30		13.30			13:15-14:15	Omkledning	13.30	
13.45		13.45	U9	Skudtræning på			13.45	
14.00		14.00	Istræning	egen hånd			14.00	
14.15		14.15	13:45-14:45	Snack	Omkledning	Svømmehal	14.15	
14.30		14.30	(Marc)	Omkledning	Snack	14:15-15:15	14.30	
14.45		14.45	Omkledning		Hygge i		14.45	
15.00		15.00		U11	Cafén		15.00	
15.15	Iskørsel	15.15	Snack	Istræning		Omkledning	15.15	
15.30		15.30	Overraskelse	15:00-16:00		Snack	15.30	
15.45		15.45		(Marc)	Omkledning		15.45	
16.00		16.00		Omkledning		Skudtræning på	16.00	
16.15		16.15				egen hånd	16.15	
16.30		16.30	Tak for i dag	Tak for i dag	U13		16.30	
16.45		16.45			Istræning		16.45	
17.00		17.00			16:15-17:15	Omkledning	17.00	
17.15		17.15			(Marc)		17.15	
17.30		17.30			Omkledning		17.30	
17.45		17.45			Tak for i dag	U17	17.45	
18.00		18.00				Istræning	18.00	
18.15		18.15				17:30-18:30	18.15	
18.30		18.30				(Marc)	18.30	
18.45		18.45				Omkledning	18.45	
19.00		19.00				Tak for i dag	19.00	
19.15		19.15					19.15	
19.30		19.30					19.30	
19.45		19.45					19.45	

20.00		20.00						20.00		
20.15		20.15						20.15		
20.30		20.30						20.30		
20.45		20.45						20.45		
21.00		21.00						21.00		
21.15		21.15						21.15		
21.30		21.30						21.30		
21.45		21.45						21.45		
22.00		22.00						22.00		
22.15		22.15						22.15		
22.30		22.30						22.30		

Aktivitets

07/08/18 Tirsdag				08/08/18 Onsdag					
U11	U13	U17	Målmænd		U9	U11	U13	U17	Målmænd
				06.45					
				07.00					
				07.15					
Mødetid				07.30	Mødetid				
Omkledning				07.45	Omkledning				
U11		Mødetid		08.00	U9	Mødetid	Mødetid		
Istræning		U17		08.15	Istræning		Boksetræning		
08:00-09:00	Mødetid	Softball		08.30	08:00-09:00		Med Simon	Mødetid	
		08:15-09:15		08.45		Omkledning	08:15-09:00		
Omkledning				09.00	Omkledning			Boksetræning	
	U13	Snack		09.15		U11	Skudtræning på	Med Simon	
Hygge i	Softball	Hygge i		09.30	Snack	Istræning	egen hånd	09:00-09:45	
Cafén	09:15-10:15	Cafén		09.45	Boksetræning	09:15-10:15	Snack	Snack	
Snack		Omkledning		10.00	Med Simon		Omkledning	Omkledning	
U11	Snack			10.15	09:45-10:30	Omkledning		HAL II*****	
Softball	Hygge i	U17		10.30	Omkledning	Snack	U13	U17	
10:15-11:15	Cafén	Istræning		10.45		Boksetræning	Istræning	Istræning	
		10:30-11:30		11.00	Skudtræning på	Med Simon	10:30-11:30	11:45-12:45	
	Omkledning			11.15	egen hånd	10:45-11:30			
		Omkledning		11.30	Frokost	Frokost	Omkledning	Omkledning	
	U13			11.45					
Frokost	Istræning			12.00	Transport	Transport	Frokost	Frokost	
	11:45-12:45			12.15					
Omkledning		Frokost		12.30			Transport	Transport	
	Omkledning			12.45					
U11	Frokost			13.00	Fællestur	Fællestur			Fællestur
Istræning				13.15					
13:00-14:00		Skudtræning på		13.30			Fællestur	Fællestur	
(Marc)		egen hånd	Omkledning	13.45					
Omkledning	Skudtræning på			14.00					
	egen hånd			14.15					
Skudtræning på	Fys med		Målmænd	14.30					
egen hånd	Plambæk	Snack	Fysisk træning	14.45					
Snack	15:15-16:15	Omkledning	09:15-10:15	15.00	Snack	Snack	Snack	Snack	Snack
Omkledning	(Græsplænen)		Omkledning	15.15					
Fys med	Snack	U17		15.30					
Plambæk		Istræning		15.45					
16:15-17:15		15:30-16:30		16.00					
(Græsplænen)	Omkledning	(Marc)		16.15					
Omkledning		Omkledning		16.30	Transport	Transport			Transport
	U13	Fys med		16.45					
Tak for i dag	Istræning	Plambæk		17.00			Transport	Transport	
	16:45-17:45	14:15-15:15		17.15					
	(Marc)	(Træningsrum)		17.30	fælles grill	fælles grill			fælles grill
	Omkledning	Omkledning		17.45			fælles grill	fælles grill	
	Tak for i dag	Tak for i dag		18.00					
				18.15					
				18.30					
				18.45					
				19.00					
				19.15					
				19.30					
				19.45					

				20.00					
				20.15	Tak for i dag	Tak for i dag	Tak for i dag	Tak for i dag	Tak for i dag
				20.30					
				20.45					
				21.00					
				21.15					
				21.30					
				21.45					
				22.00					
				22.15					
				22.30					

plan for UGE 32

09/08/18 Torsdag						10/08/18 Fredag			
	U9	U11	U13	U17	Målmænd		U9	U11	U13
06.45						06.45			
07.00		Mødetid				07.00	Mødetid		
07.15		Omkledning				07.15	Omkledning		
07.30		U11				07.30	U9		
07.45		Istræning		Mødetid		07.45	Istræning		Mødetid
08.00	Mødetid	07:30-08:30		Leg med	Mødetid	08.00	07:30-08:30	Mødetid	Fys med
08.15	Omkledning			Micki		08.15		Omkledning	Plambæk
08.30		Omkledning	Mødetid	08:00-09:00		08.30	Omkledning		08:00-09:00
08.45	U9			(Græsplænen)		08.45		U11	(Græsplænen)
09.00	Istræning	Snack	Leg med			09.00	Fys med	Istræning	
09.15	08:45-09:45		Micki	Snack		09.15	Plambæk	08:45-09:45	
09.30		Skudtræning på egen hånd	09:00-10:00	Omkledning		09.30	09:00-09:45		Omkledning
09.45	Omkledning					09.45		Omkledning	
10.00				U17		10.00	Snack		U13
10.15	Snack		Snack	Istræning		10.15			Istræning
10.30	Surprise	Surprise	Surprise	10:00-11:00		10.30		Skudtræning på egen hånd	10:00-11:00
10.45						10.45			
11.00	Leg med		Omkledning	Omkledning	Målmænd	11.00	Skudtræning på egen hånd		Omkledning
11.15	Micki		U13		Fysisk træning	11.15		Frokost	
11.30	11:00-12:00	Frokost	Istræning		11:00-12:00	11.30			
11.45	(Græsplænen)		11:15-12:15			11.45	Frokost		Frokost
12.00	Frokost			Frokost	Omkledning	12.00	Frokost	Fys med	
12.15		Leg med	Omkledning			12.15		Plambæk	
12.30		Micki		Skudtræning på egen hånd	Målmænd	12.30		12:00-13:00	Skudtræning på egen hånd
12.45		12:15-13:15	Frokost		Istræning	12.45		(Græsplænen)	
13.00	Skudtræning på egen hånd	(Græsplænen)			12:30-13:30	13.00			
13.15		Omkledning		Flemming Green ishockey udenfor isen	Omkledning	13.15	Omkledning	Teambuilding	
13.30			Skudtræning på egen hånd			13.30			
13.45	Teambuilding	U11				13.45	U9		Teambuilding
14.00		Istræning	Løbetur			14.00	Istræning		
14.15	Snack	13:45-14:45	rundt om slottet	Fys med		14.15	13:45-14:45	Snack	
14.30	Omkledning		14:00-15:00	Plambæk		14.30		Omkledning	
14.45		Omkledning		14:15-15:15		14.45	Omkledning		Snack
15.00	U9			(Græsplænen)		15.00		U11	
15.15	Istræning	Snack	Snack			15.15	Snack	Istræning	
15.30	15:00-16:00	Fys med		Snack		15.30	Tak for i dag	15:00-16:00	
15.45		Plambæk		Omkledning		15.45			Omkledning
16.00	Omkledning	15:30-16:30	Flemming Green ishockey udenfor isen			16.00		Omkledning	
16.15		(Græsplænen)		U17		16.15			U13
16.30	Tak for i dag	Tak for i dag		Istræning		16.30			Istræning
16.45				16:15-17:15		16.45		Tak for i dag	16:15-17:15
17.00			Omkledning			17.00			
17.15				Omkledning		17.15			Omkledning
17.30			U13			17.30			
17.45			Istræning	Tak for i dag		17.45			Tak for i dag
18.00			17:30-18:30			18.00			
18.15						18.15			
18.30			Omkledning			18.30			
18.45						18.45			
19.00			Tak for i dag			19.00			
19.15						19.15			
19.30						19.30	Elite Kamp - alle børn får billetter fra Eliten		
19.45						19.45			

20.00						20.00			
20.15						20.15			
20.30						20.30			
20.45						20.45			
21.00						21.00			
21.15						21.15			
21.30						21.30			
21.45						21.45			
22.00						22.00			
22.15						22.15			
22.30						22.30			

		11/08/18 Lørdag						
U17	Målmænd		U9	U11	U13	U17	Målmænd	
		06.45	afslutnings kamp					06.45
		07.00						07.00
		07.15		Mødetid				07.15
		07.30		Mødetid				07.30
		07.45		Omkledning				07.45
		08.00	Mødetid	U11				08.00
		08.15		Istræning				08.15
		08.30		08:00-09:00				08.30
		08.45	Omkledning					08.45
Mødetid		09.00		Omkledning				09.00
		09.15	U9			Mødetid		09.15
Omkledning		09.30	Istræning					09.30
Fys med Plambæk 09:45-10:45 (Græsplænen)		09.45	09:15-10:15					09.45
		10.00				Omkledning		10.00
		10.15	Omkledning		Mødetid			10.15
		10.30				U17		10.30
		10.45				Istræning		10.45
		11.00				10:30-11:30		11.00
U17 Istræning 11:15-12:15		11.15			Omkledning			11.15
	Omkledning	11.30	Diplomer og afslutning	Diplomer og afslutning		Omkledning		11.30
		11.45			U13			11.45
		12.00			Istræning			12.00
		12.15			11:45-12:45			12.15
	Målmænd	12.30						12.30
Frokost	Istræning 12:30-13:30	12.45			Omkledning			12.45
		13.00	Oprydning	Oprydning			Oprydning	13.00
		13.15			Diplomer og afslutning	Diplomer og afslutning		13.15
Skudtræning på egen hånd	Omkledning	13.30			Oprydning	Oprydning		13.30
		13.45						13.45
		14.00						14.00
Løbetur rundt om slottet 14:15-15:15		14.15						14.15
		14.30						14.30
		14.45						14.45
		15.00						15.00
Snack		15.15						15.15
Teambuilding		15.30						15.30
		15.45						15.45
		16.00						16.00
		16.15						16.15
		16.30						16.30
		16.45						16.45
		17.00						17.00
Omkledning		17.15						17.15
		17.30						17.30
U17 Istræning 17:30-18:30		17.45						17.45
		18.00						18.00
		18.15						18.15
		18.30						18.30
Omkledning		18.45						18.45
		19.00						19.00
Tak for i dag		19.15						19.15
		19.30						19.30
		19.45						19.45

		20.00						20.00
		20.15						20.15
		20.30						20.30
		20.45						20.45
		21.00						21.00
		21.15						21.15
		21.30						21.30
		21.45						21.45
		22.00						22.00
		22.15						22.15
		22.30						22.30

12/08/18

Søndag

RIK CAMP

