

Tidsplan Synkro camp vol. 1



Tid	Lørdag	Søndag	Mandag	Tirsdag
07.30-08.00			Morgenmad	Morgenmad
08.00-08.30		Morgenmad		
08.30-09.00				
09.00-09.30			Træning på is	Træning på is
09.30-10.00				
10.00-10.30				
10.30-11.00		Teori/off-ice		
11.00-11.30				
11.30-12.00				
12.00-12.30	Check in i lokalet imellem hallerne			
12.30-13.00		Frokost	Frokost	
13.00-13.30	Frokost			
13.30-14.00				
14.00-14.30	Teori/regler for synkro	Teori/off-ice	Træning på is	
14.30-15.00				
15.00-15.30				
15.30-16.00				
16.00-16.30				
16.30-17.00	Aftensmad			
17.00-17.30				
17.30-18.00				
18.00-18.30	Træning på is	Aftensmad	Aftensmad	
18.30-19.00				
19.00-19.30				
19.30-20.00		Træning på is		
20.00-20.30				