

Schema för Skånespetsen vecka 19 2024

Fredag, 09 maj

Tid	Gr1	Gr 2	Gr3	Tränare
11.00				
12.00				
Lunch lördag och söndag serveras på Best Western hotell, Hyllie Boulevard 12 Fysträning med lördag med Fredrik, söndag med Christopher Stretching med Elena Gemensam middag på Hotell Quality View				
14.00				
15.00				
16.00	16.00 Is M. Huth 16.45			16.00 Is M. Huth 17.30
17.00		16.45 Is M. Huth 17.30		
18.00	Kvällsfika 17.30 - 19.00		17.45 Is M. Huth 18.30	17.45 Is M. Huth 19.15
19.00	18.30 Is M. Huth 19.15			
20.00		19.30 Is M. Huth 20.15	20.15 Is M. Huth 21.00	19.30 Is M. Huth 21.00
21.00				

Schema för Skånespetsen vecka 19 2024

Lördag, 10 maj

Tid	Gr1	Gr 2	Gr3	Tränare
09.00	9:00 Is M. Huth 9:50			9:00 Is M. Huth
10.00	10:00 Fys 10:50	9:50 Is M. Huth 10:40		10:00 Fys 10:50 10:40
11.00	Mellis 10.55	11:00 Fys 11:50	10:55 Is M. Huth 11:45	11:00 Fys 11:50 Is M. Huth 10:55
12.00	11:45 Is M. Huth 12:30		12:00 Fys 12:50	12:00 Fys 12:50 Is M. Huth 12:30
	12.00 - 13.30 Lunch			
13.00		13:15 Is M. Huth 14:00		13:15 Is M. Huth
14.00		14:15 Stretching 15:00	14:00 Is M. Huth 14:45	14:45
15.00	15:00 Is M. Huth 15:50	Mellis 15.10	15:10 Stretching 15:55	15:00 Is M. Huth 15:50
16.00	16:10 Stretching 16:55	16:05 Is M. Huth 16:55	Mellis 16.05	16:05 Is M. Huth
17.00			16:55 Is M. Huth 17:45	17:45
18.00	18.00 - ca 19.30 Gemensam middag på Hotel Quality View			

Schema för Skånespetsen vecka 19 2024

Söndag, 11 maj

Tid	Gr1	Gr 2	Gr3	Tränare
	8:30 Is M. Huth 9:15			8.30 Is M. Huth
09.00		9:15 Is M. Huth 10:00		9:30 Fys 10:00
10.00	9:30 Fys 10:20	10:20 Fys 11:10	10:15 Is M. Huth 11:00	10:20 Fys 11:10
	Mellis 10.25			10:15 Is M. Huth
11.00	11:00 Is M. Huth 11:45		11:15 Fys 12:05	11:15 Fys 11:45
12.00	11.30 - 13.00 Lunch			
		12:30 Is M. Huth 13:15		12:30 Is M. Huth
13.00	12:55 Stretching 13:35		13:15 Is M. Huth 14:00	
		13:35 Stretching 14:15		14:00
14.00	14:15 Is Ela / Laco 15:00	Mellis 14:15	14:15 Stretching 14:55	14:15 Is Ela / Laco
15.00		15:00 Is Ela / Laco 15:45	Mellis 15.05	15:45
16.00			16:00 Is Ela / Laco 16:45	16:00 Is Ela / Laco 16:45
17.00				
18.00				