

Schema för A-sammandraget i Falkenberg v35 2023

Lördag, 02 september

Tid	Gr1	Gr 2A	Gr 2B	Gr 3	Tränare
09.00					
10.00			09.30 Is 10.15		09.30 Is 11.00
11.00	10.15 Is 11.00		11.00 Barre på Strandhälsan 11.45		11.15 Samtal Tryggt ledarskap & Lunch Åsa från RF SiSU 13.00
12.00	12.00 Barre på Strandhälsan 12.45		12.00 Lunch 12.30		
13.00	13.00 Lunch 13.30			13.15 Is 14.00	13.15 Is 14.45
14.00		14.00 Is 14.45	14.20 Fys 15.05		14.20 Fys 15.05
15.00	15.00 Is 15.45	15.10 Fys 15.55	15.45 Is 16.30		15.10 Fys 15.55
16.00	16.05 Fys 16.50				16.05 Fys 16.30
17.00		16.45 Is 17.30			16.45 Is 18.15
18.00	17.30 Is 18.15				

För tränare: Samtal "Tryggt ledarskap" och lunch i därför avsatt omklädningsrum.

För åkare: Lunch serveras i ishallens foajé.

Barre på Strandhälsan AB, Motellvägen 1A, 1,3 km från ishallen, bredvid hotellet.

Fys vid bra väder utomhus m. samling i ishallens foajé, vid dåligt väder i omklädningsrum.

Schema för A-sammandraget i Falkenberg v35 2023

Söndag, 03 september

Tid	Gr1	Gr 2	Gr 3	Tränare
09.00			08.45 Is 09.30	08.45 Is 10.15
10.00		09.30 Is 10.15		
11.00	10.30 Is 11.15	10.30 Teori Loungen i Arenan RF Sisu 11.30	10.30 Teori Loungen i Arenan RF Sisu 11.30	10.30 Is 11.15
12.00	11.35 Teori Loungen i Arenan RF Sisu 12.35	13.00 Lunch 13.30	12.00 Is 12.45	11.30 Lunch 12.00 Is 13.15
13.00	12.40 Lunch 13.10	12.45 Is 13.30	12.55 Lunch 13.25	13.30
14.00	13.45 Is 14.30		14.30 Is 15.15	13.45 Is 15.15
15.00		15.30 Is 16.15		15.30 Is 17.00
16.00	16.15 Is 17.00			
17.00				
18.00				

*Teori åkare i "Loungen" på Falkenbergs Arena, ca 100 m från ishallen.
Lunch för samtliga åkare och tränare serveras i foajén.*