

TRÄNINGSSCHEMA för vecka 11-12, 12-25 mars 2018

Nu kommer det att bli nytt schema vecka för vecka då vi lägger in showträningar.
Notera att show träningarna är obligatoriska för alla som anmält sig för isshowen.

Schema för vecka 11 den 12-18 mars

	B-hallen	A-hallen
Måndag	08.00-09.15 Filborna 15.45-16.45 1, 2 Träning 16.45-17.45 3, 4 isshow/träning Spolning 18.00-19.00 1, 2 - isshow	16.00-17.00 6 – isshow/ träning
Tisdag	08.00-09.15 PS 10.10-11.30 Filborna 15.45-16.45 1, 2 träning spolning 17.00-18.00 5 isshow/träning 17.50-18.50 3, 4 isshow/träning spolning 19.00-20.00 Candyman - isshow	
Onsdag	15.45-16.45 1, 2 träning Spolning 17.00- 18.00 7 + skridskoskolan - isshow Spolning 18.15-19.15 3, 4 ,6 - isshow Spolning 19.30-21.00 1, 2 - isshow	16.15-17.15 5 – isshow/ träning
Torsdag	10.10-11.30 Filborna 16.00-17.00 Siri, Saga, Alexandra Ö, Astrid - isshow 17.00-18.00 1, 2, 3	16.00-17.00 5 isshow/ träning
Fredag	08.00-09.15 PS 15.15-16.15 Julia, Alexandra C, Roclynn, Rebecca L, Lina - Spolning isshow 16.30-18.00 Alla i Cat´s föruom grupp 5	

Lördag	08.15-09.00 Vuxen grupp + grupp 7 09.00-10.00 6 08.00-08.45 Fys 6
Söndag	08.00-09.00 5 - isshow 08.45-09.45 Edit, Felicia A Rebecca F Jenny, Maja P - isshow Spolning 10.00-11.00 1, 2, 3, 4, 6 - isshow 11.00-11.45 Öppen träning för grupp 7 och skridskoskolans åkare i isshowen

Träningsschema vecka 12 den 19-25 mars

	B-hallen	A-hallen
Måndag	08.00-09.15 Filborna 15.45-16.45 3, 4 – isshow/träning 16.45-17.45 1, 2 träning Spolning 18.00-19.00 Cabaré	16.00-17.00 6 – isshow/ träning
Tisdag	08.00-09.15 PS 10.10-11.30 Filborna 15.45-16.45 1, 2 träning spolning 17.00-18.00 Cat´s - ALLA 17.50-18.50 Candyman spolning 19.00-20.00 Mouline Rouge	
Onsdag	15.45-16.45 1, 2 träning Spolning 17.00- 18.00 7 + skridskoskolan - isshow Spolning 18.15-19.15 4, 6 – isshow/träning Spolning 19.30-21.00 1, 2, 3 - isshow	16.15-17.15 5-isshow/ träning

Torsdag	10.10-11.30 Filborna	
	16.00-17.00 1, 2, 3 träning	
	17.00-18.00 Cabaré	16.00-17.00 5 isshow/ träning
Fredag	08.00-09.15 PS	
	Ingen träning på eftermiddagen pga Hockey Cup	
Lördag	Ingen träning pga av Hockey Cup	
Söndag	08.00-09.00 Öppen träning för grupp 7 och skridskoskolans åkare i isshowen	
	08.45-09.45 3 + Rebecca F, Astrid, Ella D, Elin Johansson- Spolning	isshow träning
	10.00-11.00 1,2 träning	
	10.45-11.45 1, 2, 3 - isshow	

Vecka 13 – Påskveckan

För er information kommer vi att lägga show träning på förmiddag/eftermiddag måndag, tisdag och onsdag.

Skärtorsdagen har vi is endast 08.00-12.00 och då kör vi också isshow/träning

Långfredag och Påskafton ingen is

Påskdagen is 08.00-11.45

Annandag Påsk - ingen is.

Ett mer specifikt schema kommer längre fram för Påskveckan

