

Joel Lundqvist Hockey Camp vecka 27					Lundqvist Goalie Camp vecka 27		BAUER	
Måndag 2/7	Elitutveckling 03/04	Utvecklingsgrupp 06/07	TJEJ-grupp 03/06		LGC Nivå 5		Måndag 2/7	SKYTтар
06.30-07.00	06.45 Frukost					06.45 Frukost	06.30-07.00	
07.00-07.30							07.00-07.30	
07.30-08.00		07.45 Frukost					07.30-08.00	
08.00-08.30	08.00-08.50 Istråning		08.00 Frukost		08.00 Frukost	08.00-08.50 Is	08.00-08.30	
08.30-09.00	"FHC-övningar"		08.30 Bandy / skott			4-6 MV med 03/04	08.30-09.00	
09.00-09.30	09.15 Fukt	09.00-09.50 Istråning	09.00 Skott / bandy		09.00 Teori Bauer		09.00-09.30	
09.30-10.00	09.45 Fys	"FHC-övningar"					09.30-10.00	
10.00-10.30			10.00-11.15 Istråning				10.00-10.30	10:00 Samling Skyttar
10.30-11.00		10.30 Teori ISEN & SPELIDE			10.30 Skottramp		10.30-11.00	
11.00-11.30	11.00 Lunch						11.00-11.30	
11.30-12.00		11.30 Lunch			11.30-12.45 Istråning		11.30-12.00	11:30-12:45 Ispass (Nivå 5)
12.00-12.30	12.00 Teori ISEN		12.00 Lunch			12.45 Lunch låda	12.00-12.30	
12.30-13.00		12.30 Fys					12.30-13.00	
13.00-13.30	13.00-13.50 Istråning	13.15 Mellanmål	13.00 Teori ISEN & SPELIDE		13.15 Lunch	13.00-13.50 Is	13.00-13.30	13.15 Lunch
13.30-14.00	"FHC-smålagsspel"	13.30 Bandy / skott				4-6 MV med 03/04	13.30-14.00	
14.00-14.30	14.15 Mellanmål	14.00-14.50	14.00 Bad	14.00-14.50			14.00-14.30	14.00-14.50 Skyttar MV-trän
14.30-15.00	14.30 Bandy / skott	MV-trän		MV-trän			14.30-15.00	
15.00-15.30	15.00 Skott / bandy		15.00 Mellanmål		15.00 Fys		15.00-15.30	
15.30-16.00	15.30 Bad + krabbtävling	15.00-15.50 Istråning					15.30-16.00	15.30 Fys
16.00-16.30		"FHC-smålagsspel"			16.00 Mellanmål & Vila		16.00-16.30	
16.30-17.00		16.30 Bad + krabbtävling	16.00-17.15 Istråning				16.30-17.00	16.30 Mellanmål
17.00-17.30	17.00 Middag		"FHC-smålagsspel"		17.15 Genomgång ispass		17.00-17.30	17.15 Genomgång ispass
17.30-18.00		17.30 Middag			17.30-18.45 Istråning		17.30-18.00	17:30-18:45 Ispass (Nivå 5)
18.00-18.30	18.00 Teori SPELIDE		18.00 Middag			18.45 Middag låda	18.00-18.30	18:45 Middag låda
18.30-19.00		18.30 Bollspel					18.30-19.00	19.15 Middag
19.00-19.30	19.00-19.50 Istråning		19.00 Fys		19.15 Middag	19.00-19.50 Is	19.00-19.30	Domare mm + kvällsmål
19.30-20.00	Internmatch 2x15					4-6 MV med 03/04	19.30-20.00	20.00-20.50 Internmatch
20.00-20.30		20.00-20.50 Istråning					20.00-20.30	Domare mm + kvällsmål
20.30-21.00	20.45 Kvällsmål	Internmatch 2x15	20.30 Kvällsmål		21.00 Kvällsmål		20.30-21.00	21:00-22:00 Ispass - Skyttar
21.00-21.30		21.15 Kvällsmål					21.00-21.30	
21.30-22.00							21.30-22.00	
22.00-22.30	22.00 God Natt!	22.00 God Natt!	22.00 God Natt!		22.00 God Natt!		22.00-22.30	22.30 God Natt!

Joel Lundqvist Hockey Camp vecka 27				Lundqvist Goalie Camp vecka 27				BAUER
Tisdag 3/7	Elitutveckling 03/04		Utvecklingsgrupp 06/07	TJEJ-grupp 03/06	LGC Nivå 5	Tisdag 3/7	SKYTтар	
06.30-07.00			06.45 Frukost			06.30-07.00		
07.00-07.30						07.00-07.30		
07.30-08.00				07.30 Frukost		07.30-08.00		07.45 Frukost
08.00-08.30	08.15 Frukost		08.00-08.50 Istråning		08.00 Frukost	08.00-08.30		
08.30-09.00			"FHC-övningar"			08.30-09.00		08.45 Fys
09.00-09.30	09.00 Fys		09.15 Fukt	09.00-09.50 Istråning	9.15 Fys - uppvärmning	09.00-09.30		
09.30-10.00			09.30 Bandy / skott	"FHC-övningar"		09.30-10.00		
10.00-10.30	10.15 Teori BAUER		10.00 Skott / bandy		10.00-11.15 Istråning	10.00-10.30		10:00-11:15 Ispass (Nivå 5)
10.30-11.00				10.45 Teori BAUER		10.30-11.00		
11.00-11.30			11.00 Lunch		11.15 Lunch låda	11.00-11.30		
11.30-12.00	11.30-12.45 Istråning			11.30 Lunch	11.30-12.45 Is	11.30-12.00		
12.00-12.30			12.00 Teori BAUER		12.00 Lunch	12.00-12.30		12.00 Lunch
12.30-13.00				12.30 Bandy / skott	4-6 MV med 03/04	12.30-13.00		
13.00-13.30	13.15 Lunch		13.00-13.50 Istråning	13.00 Skott / bandy	13.00 Teori	13.00-13.30		
13.30-14.00			"FHC-smålagsspel"	13.30 Mellanmål		13.30-14.00		
14.00-14.30	14.00 Bandy / skott	14.00-14.50	14.15 Mellanmål	14.00-14.50	14.00 Fys	14.00-14.30		14.00-14.50 Skyttar MV-trän
14.30-15.00	14.30 Skott / bandy	MV-trän		MV-trän		14.30-15.00		
15.00-15.30	15.00 Bad + krabbtävling		15.00 Fys	15.00-15.50 Istråning	15.00 Mellanmål & Vila	15.00-15.30		15.00 Mellanmål
15.30-16.00				"FHC-smålagsspel"		15.30-16.00		
16.00-16.30	16.15 Mellanmål		16.00 Bad + krabbtävling	16.15 Bad + krabbtävling	16.00-17.15 Istråning	16.00-16.30		16:00-17:15 Ispass (Nivå 5)
16.30-17.00					17.15 Middag låda	16.30-17.00		
17.00-17.30			17.00 Middag			17.00-17.30		
17.30-18.00	17.30-18.45 Istråning			17.30 Middag	17.30-18.45 Is	17.30-18.00		
18.00-18.30	"FHC-smålagsspel"		18.00 Fys uppvärmning		18.00 Middag	18.00-18.30		18.00 Middag
18.30-19.00				18.30 Fys	4-6 MV med 03/04	18.30-19.00		
19.00-19.30	19.15 Middag		19.00-19.50 Istråning			19.00-19.30		19.00-19.50 Internmatch
19.30-20.00			Internmatch 2x15		19.30 Gruppaktivitet	19.30-20.00		Domare mm + kvällsmål
20.00-20.30	20.00 Bollspel			20.00-20.50 Istråning		20.00-20.30		20:00-21:00 Internmatch
20.30-21.00			20.45 Kvällsmål	Internmatch 2x15	20.30 Kvällsmål	20.30-21.00		Domare mm + kvällsmål
21.00-21.30	21.00 Kvällsmål			21.15 Kvällsmål		21.00-21.30		21:00-22:00 Ispass - Skyttar
21.30-22.00						21.30-22.00		
22.00-22.30	22.00 God Natt!		22.00 God Natt!	22.00 God Natt!	22.00 God Natt!	22.00-22.30		22.30 God Natt!

Joel Lundqvist Hockey Camp vecka 27				Lundqvist Goalie Camp vecka 27 BAUER			
Onsdag 4/7	Elitutveckling 03/04	Utvecklingsgrupp 06/07	TJEJ-grupp 03/06	LGC Nivå 5	Onsdag 4/7	SKYT TAR	
06.30-07.00			06.45 Frukost		06.30-07.00		
07.00-07.30					07.00-07.30		
07.30-08.00		07.45 Frukost			07.30-08.00		
08.00-08.30			08.00-08.50 Istråning "FHC-övningar"	08.00 Frukost	08.00-08.30	08.15 Frukost	
08.30-09.00	08.30 Frukost				08.30-09.00		
09.00-09.30	09.00 Bandy / skott	09.00-09.50 Istråning "FHC-övningar"	09.15 Frukost	9.00 Fys	09.00-09.30	09.15 Fys	
09.30-10.00					09.30-10.00		
10.00-10.30	10.00-10.50 Istråning	10.00 Städa omkl.rum	10.00 Bad + krabbtävling		10.00-10.30		
10.30-11.00	"FHC-övningar"	10.30 Bollspel		10.00-10.50 Is 4-6 MV med 03/04	10.30-11.00		
11.00-11.30	11.00 Städa omkl.rum		11.00 Lunch	11.00-12.15 Istråning	11.00-11.30	11.00-12.15 Ispass (Nivå 5)	
11.30-12.00		11.30 Lunch			11.30-12.00		
12.00-12.30	12.00 Lunch				12.00-12.30		
12.30-13.00		12.30 Bandy / skott	12.30-13.45 Istråning "FHC-smålagsspel"	12.45 Lunch	12.30-13.00	12.45 Lunch	
13.00-13.30	13.00 Fys	13.00 Skott / bandy		13.45 Teori	13.00-13.30		
13.30-14.00					13.30-14.00	13.45 Bad + krabbtävling	
14.00-14.30	14.15 Mellanmål + möte rektor	14.00-15.15 Istråning "FHC-smålagsspel"	14.00 Städa omkl.rum		14.00-14.30		
14.30-15.00					14.30-15.00		
15.00-15.30			15.00 Mellanmål + möte rektor	15.00 Avslappning	15.00-15.30	15.00 Fys	
15.30-16.00	15.30-16.45 Istråning	15.45 Mellanmål + möte rektor	15.30 Fys	15.30-16.45 Is 4-6 MV med 03/04	15.30-16.00		
16.00-16.30	"FHC-smålagsspel"	16.15 Fys		16.00 Mellanmål	16.00-16.30	16.00 Mellanmål + möte rektor	
16.30-17.00				16.45 Mellanmål	16.30-17.00		
17.00-17.30			Samling i hamnen 17.00	17.00-18.15 Istråning	17.00-17.30	17.00-18.15 Ispass (Nivå 5)	
17.30-18.00		Samling i hamnen 17.30	17.00-21.00		17.30-18.00		
18.00-18.30	Samling i hamnen 18.00	17.00-21.00	Gemensamma aktiviteter		18.00-18.30		
18.30-19.00	17.00-21.00	Gemensamma aktiviteter	Inkl. hamburgare		18.30-19.00		
19.00-19.30	Gemensamma aktiviteter	Inkl. hamburgare		Samling i hamnen 19.00	19.00-19.30	Samling i hamnen 19.00	
19.30-20.00	Inkl. hamburgare			19.30-21.00	19.30-20.00	19.30-21.00	
20.00-20.30				Gemensamma aktiviteter	20.00-20.30	Gemensamma aktiviteter	
20.30-21.00				Inkl. hamburgare	20.30-21.00	Inkl. hamburgare	
21.00-21.30					21.00-21.30		
21.30-22.00	21.30 Drickyoghurt	21.30 Drickyoghurt	21.30 Drickyoghurt	21.30 Drickyoghurt	21.30-22.00	21.30 Drickyoghurt	
22.00-22.30	22.00 God Natt!	22.00 God Natt!	22.00 God Natt!	22.30 God Natt!	22.00-22.30	22.30 God Natt!	

Joel Lundqvist Hockey Camp vecka 27				Lundqvist Goalie Camp vecka 27				<i>BAUER</i>
Torsdag 5/7	Elitutveckling 03/04		Utvecklingsgrupp 06/07	TJEJ-grupp 03/06	LGC Nivå 5	Torsdag 5/7	SKYTTAR	
06.30-07.00	06.45 Frukost					06.45 Frukost	06.30-07.00	
07.00-07.30							07.00-07.30	
07.30-08.00			07.45 Frukost	07.30 Frukost			07.30-08.00	
08.00-08.30	08.00-08.50 Isträning				08.00 Frukost	08.00-08.50 Is	08.00-08.30	08.00 Frukost
08.30-09.00	"FHC-övningar"		08.30 Bandy / skott			4-6 MV med 03/04	08.30-09.00	
09.00-09.30	09.15 Fukt		09.00 Skott / bandy	09.00-09.50 Isträning	09.00 Fys		09.00-09.30	09.15 Fys
09.30-10.00	09.45 Teori Atletism & Intervju			"FHC-övningar"			09.30-10.00	
10.00-10.30			10.00-11.15 Isträning		10.00 Fukt		10.00-10.30	10.00 Bad
10.30-11.00				10.30 Teori Atletism & Intervju			10.30-11.00	
11.00-11.30	11.00 Lunch						11.00-11.30	
11.30-12.00				11.30 Lunch	11.30-12.45 Isträning		11.30-12.00	11.30-12.45 Ispass (Nivå 5)
12.00-12.30			12.00 Lunch			12.45 Lunch låda	12.00-12.30	
12.30-13.00				12.30 Fys			12.30-13.00	
13.00-13.30	13.00-13.50 Isträning		13.00 Teori Atletism & Intervju	13.15 Mellanmål	13.15 Lunch	13.00-13.50 Is	13.00-13.30	13.15 Lunch
13.30-14.00	"FHC-smålagsspel"			13.30 Bandy / skott		4-6 MV med 03/04	13.30-14.00	
14.00-14.30	14.15 Mellanmål	14.00-14.50	14.00	14.00-14.50	14.15 Bad + krabbtävling		14.00-14.30	14.00-14.50 Skyttar MV-trän
14.30-15.00	14.30 Bandy / skott	MV-trän	Bad + krabbtävling	MV-trän			14.30-15.00	
15.00-15.30	15.00 Skott / bandy		15.00 Mellanmål	15.00-15.50 Isträning			15.00-15.30	
15.30-16.00	15.30 Bad + krabbtävling			"FHC-smålagsspel"	15.30 Teori		15.30-16.00	15.30 Fys
16.00-16.30			16.00-17.15 Isträning				16.00-16.30	
16.30-17.00			"FHC-smålagsspel"	16.30 Bad + krabbtävling			16.30-17.00	16.30 Mellanmål
17.00-17.30	17.00 Middag						17.00-17.30	
17.30-18.00				17.30 Middag	17.30-18.45 Isträning		17.30-18.00	17.30-18.45 Ispass (Nivå 5)
18.00-18.30	18.00 Fys uppvärmning		18.00 Middag			18.45 Middag låda	18.00-18.30	
18.30-19.00				18.30 Bollspel			18.30-19.00	
19.00-19.30	19.00-19.50 Isträning		19.00 Fys		19.15 Middag	19.00-19.50 Is	19.00-19.30	19.15 Middag
19.30-20.00	Internmatch 2x15					4-6 MV med 03/04	19.30-20.00	Domare mm + kvällsmål
20.00-20.30				20.00-20.50 Isträning			20.00-20.30	20.00-20.50 Internmatch
20.30-21.00	20.45 Kvällsmål		20.30 Kvällsmål	Internmatch 2x15			20.30-21.00	Domare mm + kvällsmål
21.00-21.30				21.15 Kvällsmål	21.00 Kvällsmål		21.00-21.30	21:00-22:00 Ispass - Skyttar
21.30-22.00							21.30-22.00	
22.00-22.30	22.30 God Natt!		22.00 God Natt!	22.00 God Natt!	22.00 God Natt!		22.00-22.30	22.30 God Natt!

Joel Lundqvist Hockey Camp vecka 27					Lundqvist Goalie Camp vecka 27		BAUER
Fredag 6/7	Elitutveckling 03/04	Utvecklingsgrupp 06/07	TJEJ-grupp 03/06		LGC Nivå 5	Fredag 6/7	SKYTAR
06.30-07.00					Utcheck + städning	06.30-07.00	Utcheck + städning
07.00-07.30	Utcheck + städning				06.45 Frukost	07.00-07.30	06.45 Frukost
07.30-08.00	07.45 Frukost		Utcheck + städning			07.30-08.00	
08.00-08.30		Utcheck + städning	08.00 Frukost		08.00-09.15 Isträning	08.00-08.30	08:00-09:15 Ispass (Nivå 5)
08.30-09.00	08.30 Utvärdering	08.30 Frukost			09.45 Fys	08.30-09.00	
09.00-09.30			9.00 Fys			09.00-09.30	
09.30-10.00	09.30-10.20 Isträning	09.30 Bandy / skott				09.30-10.00	09.45 Fys
10.00-10.30		10.00 Skott / bandy			09.30-10.20 Is	09.45-10.30	
10.30-11.00		10.45 Frukost	10.30-11.20 Isträning		4-6 MV med 03/04	10.30-11.00	10.30 Städning omkl.rum
11.00-11.30	11.15 Lunch				10.30 Utvärdering	11.00-11.30	
11.30-12.00		11.30-12.20 Isträning	11.45 Utvärdering		11.00 Lunch	11.30-12.00	11:30 Avslut + Lunch
12.00-12.30			12.15 Lunch			12.00-12.30	
12.30-13.00	12.30-13.20 Strafftävling	12.45 Lunch			12.30-13.20 Strafftävling	12.30-13.00	
13.00-13.30	med målvakter				med utespelare	13.00-13.30	
13.30-14.00		13.30 Utvärdering	13.30-14.20 Avslutning			13.30-14.00	
14.00-14.30	14.00 Avslutning + hamburgare		Internmatch		14.00 Avslutning + hamburgare	14.00-14.30	
14.30-15.00		14.30-15.20 Avslutning				14.30-15.00	
15.00-15.30			15.00 Avslutning + hamburgare			15.00-15.30	
15.30-16.00						15.30-16.00	
16.00-16.30		16.00 Avslutning + hamburgare				16.00-16.30	
16.30-17.00						16.30-17.00	
17.00-17.30						17.00-17.30	