



MASTERPLAN GRUPPE 1 I UKE 8 / 2017

Gruppe 1 har garderobe 3 i hele uken under hockeycampen i uke 8

Tidspunkt	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
0800- 0900	Isøkt med Eggen	Isøkt med Eggen	Isøkt med Eggen	Isøkt med Eggen	Isøkt med Eggen
0915 - 1015	Kølleteknikk/ Innebandy i gymsal/Dusj	Kølleteknikk/ Innebandy i gymsal/Dusj	Kølleteknikk/ Innebandy i gymsal / Dusj	Kølleteknikk/ Innebandy i gymsal / Dusj	Kølleteknikk/ Innebandy i gymsal / Dusj
1030 - 1100	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
1130-1230	Isøkt Martin Andresen	Isøkt Martin Andresen	Isøkt med Eggen	Isøkt med Breivold	Isøkt med Martin Hansen
1300-1300	Frukt/væske	Frukt/væske	Frukt/væske	Frukt/væske	Frukt/væske
1515-1545	Kamp Gruppe 1	Kamp Gruppe 1	Kamp Gruppe 1	Kamp Gruppe 1	Kamp Gruppe 1
1545-1615	Dusj og rydding av garderobe	Dusj og rydding av garderobe	Dusj og rydding av garderobe	Dusj og rydding av garderobe	Dusj og rydding av garderobe

Gruppeledere:

Theodor Hestenes 90688963

Markus Opsahl tlf. 40610312

Fredrik Ruud tlf. 99468161

Strykemerker og varmpresser.



Dekk&Konseptklær.

RUSXPRESS

www.russpress.no

Profil&Hockeytrøyer.

DISPLAYS

www.displayas.no