



MASTERPLAN GRUPPE 3 I UKE 8/2017

Gruppe 3 skal ha garderobe 5 og 6

Tidspunkt	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
0900-0945	Fysisk Joachim Hermansen	Fysisk Joachim Hermansen	Fysisk Joachim Hermansen	Fysisk Joachim Hermansen	Fysisk Joachim Hermansen
1015 – 1115	Isøkt med Eggen	Isøkt med Eggen	Isøkt med Eggen	Isøkt med Eggen	Isøkt med Eggen
1130 – 1200	Dusj	Dusj	Dusj	Dusj	Dusj
1200 - 1230	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
1300 – 1345	Ballspill/ Kølleteknikk	Ballspill/ Kølleteknikk	Ballspill/ Kølleteknikk	Ballspill/ Kølleteknikk	Ballspill/ Kølleteknikk
1400 – 1500	Isøkt Martin Andresen	Isøkt Martin Andresen	Isøkt med Eggen	Isøkt med Lasse Breivold	Isøkt med Martin Hansen
1515	Stretch/frukt/ Væske	Stretch/frukt/ Væske	Stretch/frukt/ Væske	Stretch/frukt/ Væske	Stretch/frukt/ Væske
1615-1645	Spill på is med Gruppeledere	Spill på is med Gruppeledere	Spill på is med Gruppeledere	Spill på is med Gruppeledere	Spill på is med Gruppeledere
1645-1715	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:

Joachim Hermansen tlf. 93437952

Niklas Sunstad tlf. 93430132

Jon Rafoss tlf. 90947887

Strykemerker og varmpresser.



Dekk&Konseptklær.

RUSSXPRESS

www.russxpress.no

Profil&Hockeytrøyer.

DISPLAY

www.displayas.no