

## Træningsplan for påskeferien i uge 12, 2016

Husk at Skøjteskolen og Familieholdet ferie holder ferie

i perioden 19-29 marts (begge dage inkl.)

Bemærk at Off ice, Zumba og Ballet er aflyst for alle hold.

Dag	Hal 1	Hal 2
Lørdag 19.03.16	Træningsfri efter showet	
Søndag 20.03.16		Alt træning er aflyst for alle hold på grund af ICG stævner
Mandag 21.03.16	15:30-16:15 E3 Nadia 16:15-17:05 E1 Nadia 17:15 – 18:00 E1 Nadia 18:10 -18:55 M Nadia + Martine 18:55-19:40 EK2 Martine 19:50-20:35 EK1 Martine 20:35-21:30 Voksenhold Martine	15:15 -16:00 E4 Martine 16:00-16:45 E2 Martine 16:45-17:30 M Martine
Tirsdag 22.03.16	15:30-16:15 F3 Martine + Mathilde H. 16:15-17:00 F1+EK2 Martine + Mathilde H.	15:30-16:15 E3 Nadia 16:15-17:00 M Nadia 17:00-18:00 E1 Martine
Onsdag 23.03.16	Martine 15:30-16:15 E2 16:15-17:00 E1 +M 17:10-18:00 EK1 +M	
Torsdag 24.03.16 Fredag 25.03.16	Stadion er lukket	
Lørdag 26.03.16	09:00-10:00 selv træning for løbere der skal til Skate Copenhagen konkurrencen 10:00-13:00 fri is till alle GK Fere	
Søndag 27.03.16 Mandag 28.03.16	Stadion er lukket	

Med venlig hilsen - Træner teamet og Bestyrelsen