



## Örebro Bauer Hockey Camp 2024 Veckoschema

**BAUER**  
Vecka 30/31

Tränare: Henrik Löfsäter, Jonas Warman, Rasmus Ljung

Grupp: Elitgruppen

Torsdag 25/7	Fredag 26/7	Lördag 27/7	Söndag 28/7	Måndag 29/7	Tisdag 30/7	Onsdag 31/7
08:00 -08:30 Inskrivning	07:15 Samling omklädningsrum	08:15 Samling fotbollsplan	07:30 Samling fotbollsplan	08:30 Samling fotbollsplan	08:45 Samling fotbollsplan	07:45 Samling omklädningsrum
08:30 – 08:50 Föräldrar information Entré	08:00-09:25 Ispass	08:30 09:30 Fyspass	07:40-08:00 Uppvärmning/fys	08:45-09:30 Fyspass	09:00-10:00 Fyspass	08:35 – 09:25 Match
09:20 – 10:40 Ispass	10:15-11:00 Fyspass	10:45-11:35 Ispass	08:35-09:25 Ispass	10:10-11:00 Ispass	10:45-11:35 Ispass	09:50 – 10:40 Fyspass
<b>11:10 Lunch</b>	<b>11:30 Lunch</b>	<b>12:30 Lunch</b>	09:40 – 10:20 Nedvarvning	<b>11:30 Lunch</b>	<b>12:30 Lunch</b>	11:00 – 12:00 Teori
11:45 -12:45 Intro Teambuildning	12:55- 13:45 Ispass	13:00 -14:30 Teambuildning	<b>11:00 Lunch</b>	12:15 -14:15 B-hallen Innebandyturnering	13:20 -13:55 Bollspel	<b>12:30 Lunch</b>
13:30 – 14:50 Ispass	14:30 -16:00 Hästhagen	15:05 -15:55 Ispass	11:30 – 12:30 Teambuildning	15:35 -16:30 Ispass	14:30 – 15:55 Ispass	13:00-15:00 Avslutning
15:15 - 15:45 Bollspel			13:00 – 14:35 Match			
			15:30 – 17:00 GO CART			