



Örebro Hockey Ungdom  
Höstlovet 2024  
Grupp -15/16

**BAUER**

Tisdag 29/10	Onsdag 30/10	Torsdag 31/10	
08:45– 09:45 Ispass	07:30 – 08:30 Ispass	08:30-09:15 Uppvärmning	
10:30-10:20 Fys	09:30 – 10:30 Fys/Mellis	10:00 – 11:00 Ispass	
<b>11:30-12:00</b> <b>Lunch</b>	11:15– 12:15 Ispass	<b>12:00-13:00</b> <b>Lunch</b>	
12:30-13:30 Ispass	<b>12:45-13:30</b> <b>Lunch</b>	13:45-14:45 Matchspel	
14:00-16:00 Teori/ Bollspel	14:00-14:30 Teori	15:00-15:30 Avslutning	
	15:00 – 16:00 Ispass		