

Camp Uge 42

Hold 1	Hold 2	Funskate
Naja Magnussen (man. tir.) Celine Vincentz Lundgren Victoria Herholdt 2 gang om dag (også F hold)	Filippa Andrés Averhoff 2 ispas (Man. tir.) Freja Stolpe 2 ispas (ons. tors.) Nanna Linnéa Sederholm (man. tir. ons.) Emilia Due Borch (man.tir.) Jacqueline Weisberg Klein (man. tir. ons.) Lucca Borgen Torp Madsen Matilda Clausen Olivia Zoëga Reinhardt Philippa Marie Gave Selma Agnete Willemo Wang	Agnethe Carlsen Amalie Schultz-johansen Celin Søndergård Tolstrup Deimante Montvilaite Esther Dybbro Ring Etta Søndergård Tolstrup Victoria Herholdt (også H1) Yanqian Li

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
Hal 1	Hal 1	Hal 2	Hal 1 morgen / hal 2	Hal 2	Hal 2	Hal 1 / hal 2 aften
10.00 – 11.00 H1 11.00 – 12.00 H2 12.00 – 12.15 ny is 12.15 – 13.15 H1 13.15 – 14.15 H2 14.15 – 14.30 ny is 14.30 – 15.30 H1 + H2 15.30 – 17.00 selvtræning alle 15.45 – 16.45 styrke H1+2 (Loungen / evt. Multisal)	7.45 – 8.45 H1+H2 8.45 – 9.45 selvtræning til alle med træner 11.00 – 12.00 yoga H2 12.00 – 13.00 yoga H1 (Multisal) 13.15 – 14.15 H2 14.15 – 15.15 H1 15.15 – 15.30 ny is 15.30 – 16.30 H2 16.30 – 17.30 H1 17.30 – 17.45 ny is 17.45 Solodans	10.30 – 11.00 rotation H1 11.00 – 12.00 rotation H2 (Glassal) 12.00 – 13.00 H1 13.00 – 14.00 H2 14.00 – 14.15 ny is 14.15 – 15.15 H1 15.15 – 16.15 H2 16.15 – 17.15 H1 + F 17.15 – 17.30 ny is 17.30 – 18.30 H2 18.30 Solodans	7.45 – 8.45 H1+H2 8.45 – 9.45 selvtræning til alle med træner 10.30 – 11.30 yoga H2 +H1 11.30 – 12.30 yoga F (Multisal) 12.00 – 13.00 H1+H2 13.00 – 14.00 F 14.00 – 14.15 ny is 14.15 – 15.15 H2 15.15 – 16.15 F+H1 16.15 – 16.30 ny is 16.30 – 17.30 hygge på is eller selvtræning	12.00 – 13.00 H1+H2 13.00 – 14.00 selvtræning 14.00 – 14.15 ny is 14.15 – 15.15 H1 + H2 15.15 – 15.30 pause 15.30 – 16.30 trin og bue H1 + H2 16.30 – 16.45 ny is 16.45 – 18.30 hygge på is eller selvtræning 16.45 – 17.45 styrke H1+H2 (Multisal) 18.30 – 18.45 ny is 18.45 Solodans	12.00 – 12.45 F 12.45 – 13.30 selvtræning til alle med træner 13.30 – 13.45 ny is 13.45 – 14.30 F 14.45 – 15.30 F Off ice (Multisal) 14.30 Solodans	8.30 – 9.15 F 9.15 – 10.00 selvtræning til alle med træner 10.00 – 10.15 ny is 10.15 – 11.00 F 18.00 Solodans