Planeringsanteckningar för goalicamp

Lördag 08:00

Upprop – Genomgång – Värmning

09:30 – 11:00

Isträning

11:30 – 12:30

Lunch

13:00 – 14:30

Isträning – Jogga ner och stretcha efteråt

Söndag 08:00 – 11:00

Isträning med värmning på is

11:30 – 12:30

Lunch

13:00 – 14:30

Isträning – Jogga ner och stretcha efteråt

Omklädningsrum

Skyttar i J20, målvakter i J18, Ledare i A-laget, tjej i domarrummet