

måndag 04-dec			tisdag 05-dec			onsdag 06-dec			torsdag 07-dec		
A-hallen		B-hallen	A-hallen		B-hallen	A-hallen		B-hallen	A-hallen		B-hallen
08.00-08.30		08.15-08.45	08.00-08.30		08.15-08.45	08.00-08.30		08.15-08.45	08.00-08.30		08.15-08.45
08.30-09.00		08.45-09.15	08.30-09.00		08.45-09.15	08.30-09.00		08.45-09.15	08.30-09.00		08.45-09.15
09.00-09.30		09.15-09.45	09.00-09.30		09.15-09.45	09.00-09.30		09.15-09.45	09.00-09.30		09.15-09.45
09.30-10.00		09.45-10.15	09.30-10.00		09.45-10.15	09.30-10.00		09.45-10.15	09.30-10.00		09.45-10.15
10.00-10.30		10.15-10.45	10.00-10.30		10.15-10.45	10.00-10.30		10.15-10.45	10.00-10.30		10.15-10.45
10.30-11.00		10.45-11.15	10.30-11.00		10.45-11.15	10.30-11.00		10.45-11.15	10.30-11.00		10.45-11.15
11.00-11.30		11.15-11.45	11.00-11.30		11.15-11.45	11.00-11.30		11.15-11.45	11.00-11.30		11.15-11.45
11.30-12.00		11.45-12.15	11.30-12.00		11.45-12.15	11.30-12.00		11.45-12.15	11.30-12.00		11.45-12.15
12.00-12.30		12.15-12.45	12.00-12.30		12.15-12.45	12.00-12.30		12.15-12.45	12.00-12.30		12.15-12.45
12.30-13.00		12.45-13.15	12.30-13.00		12.45-13.15	12.30-13.00		12.45-13.15	12.30-13.00		12.45-13.15
13.00-13.30		13.15-13.45	13.00-13.30		13.15-13.45	13.00-13.30		13.15-13.45	13.00-13.30		13.15-13.45
13.30-14.00		13.45-14.15	13.30-14.00		13.45-14.15	13.30-14.00		13.45-14.15	13.30-14.00		13.45-14.15
14.00-14.30	Allmänhetens åkning	Allmänhetens åkning	14.00-14.30	Allmänhetens åkning	Allmänhetens åkning	14.00-14.30	Allmänhetens åkning	Allmänhetens åkning	14.00-14.30	Allmänhetens åkning	Allmänhetens åkning
14.30-15.00		14.15-14.45	14.30-15.00		14.15-14.45	14.30-15.00		14.15-14.45	14.30-15.00		14.15-14.45
15.00-15.30		14.45-15.15	15.00-15.30		14.45-15.15	15.00-15.30		14.45-15.15	15.00-15.30	Konståkning	
15.30-16.00	Konståkning	15.15-15.45	15.30-16.00	Konståkning	15.15-15.45	15.30-16.00	Konståkning	15.15-15.45	15.30-16.00		15.15-15.45
16.00-16.30		15.45-16.15	16.00-16.30		15.45-16.15	16.00-16.30		15.45-16.15	16.00-16.30		15.45-16.15
16.30-17.00		16.15-16.45	16.30-17.00		16.15-16.45	16.30-17.00		16.15-16.45	16.30-17.00	Omklädning 9&11: 16.00-18.15	Skillspass U9 7
17.00-17.30	Omklädning 11: 15.00-17.30	16.45-17.15	17.00-17.30	Omklädning 11: 15.30-18.00	16.45-17.15	17.00-17.30		16.45-17.15	17.00-17.30		Skillspass Flickor 6
17.30-18.00		17.15-17.45	17.30-18.00		17.15-17.45	17.30-18.00		17.15-17.45	17.30-18.00		U12/13 5+7
18.00-18.30		17.45-18.15	18.00-18.30		17.45-18.15	18.00-18.30		17.45-18.15	18.00-18.30		
18.30-19.00		18.15-18.45	18.30-19.00		18.15-18.45	18.30-19.00		18.15-18.45	18.30-19.00		
19.00-19.30		18.45-19.15	19.00-19.30	U12/13 9	18.45-19.15	19.00-19.30	Damer 6+13	Mv-träning / 7	19.00-19.30	A-lag	Konståkning
19.30-20.00	A-lag	19.15-19.45	19.30-20.00	U14/15	19.15-19.45	19.30-20.00		Mv A-lag	19.30-20.00		
20.00-20.30		19.45-20.15	20.00-20.30		19.45-20.15	20.00-20.30		F16 / Damer 18	20.00-20.30	Damer HC2	
20.30-21.00	Damer	20.15-20.45	20.30-21.00		20.15-20.45	20.30-21.00	Mariners		20.30-21.00	Osteråker 9	
21.00-21.30		20.45-21.15	21.00-21.30	IceAge	20.45-21.15	21.00-21.30		Mariners	21.00-21.30	Hammarby 6	IceAge
21.30-22.00	5+6	21.15-21.45	21.30-22.00		21.15-21.45	21.30-22.00			21.30-22.00		
22.00-22.30		21.45-22.15	22.00-22.30	5+6	21.45-22.15	22.00-22.30			22.00-22.30	Mariners	13
22.30-23.00		22.15-22.45	22.30-23.00		22.15-22.45	22.30-23.00			22.30-23.00		

Målvaktsträning:

U 18.35-19.20

A-lag 19.20-20.05

fredag 08-dec				lördag 09-dec				söndag 10-dec			
A-hallen		B-hallen		A-hallen		B-hallen		A-hallen		B-hallen	
08.00-08.30			08.15-08.45	08.00-08.30			08.15-08.45	08.00-08.30			08.15-08.45
08.30-09.00			08.45-09.15	08.30-09.00			08.45-09.15	08.30-09.00	Konståkning		08.45-09.15
09.00-09.30			09.15-09.45	09.00-09.30	HSK nyb.+Lekis		09.15-09.45	09.00-09.30			09.15-09.45
09.30-10.00			09.45-10.15	09.30-10.00	5+6	F10 / F16/Damer	09.45-10.15	09.30-10.00		F12 / F14	09.45-10.15
10.00-10.30			10.15-10.45	10.00-10.30	HSK Flickor	14+18	10.15-10.45	10.00-10.30		9	10.15-10.45
10.30-11.00			10.45-11.15	10.30-11.00	7	U10	10.45-11.15	10.30-11.00		U12	10.45-11.15
11.00-11.30			11.15-11.45	11.00-11.30	HSK Forts.+Dam	15	11.15-11.45	11.00-11.30		7	11.15-11.45
11.30-12.00			11.45-12.15	11.30-12.00	5+11	Allmänhetens	11.45-12.15	11.30-12.00		Allmänhetens	11.45-12.15
12.00-12.30			12.15-12.45	12.00-12.30	U11	åkning	12.15-12.45	12.00-12.30		åkning	12.15-12.45
12.30-13.00			12.45-13.15	12.30-13.00	Poolspel		12.45-13.15	12.30-13.00			12.45-13.15
13.00-13.30			13.15-13.45	13.00-13.30	6+7+9+13	U13	13.15-13.45	13.00-13.30		U13 B nord	13.15-13.45
13.30-14.00			13.45-14.15	13.30-14.00	Allmänheten		13.45-14.15	13.30-14.00	Allmänheten	Österåker 9	13.45-14.15
14.00-14.30	Allmänhetens	Allmänhetens	14.15-14.45	14.00-14.30	åkning	15	14.15-14.45	14.00-14.30	åkning	Lidingö 18	14.15-14.45
14.30-15.00	åkning	åkning	14.45-15.15	14.30-15.00			14.45-15.15	14.30-15.00			14.45-15.15
15.00-15.30			15.15-15.45	15.00-15.30	U9 nord 2		15.15-15.45	15.00-15.30	U10		15.15-15.45
15.30-16.00	Konståkning		15.45-16.15	15.30-16.00	Poolspel		15.45-16.15	15.30-16.00	Poolspel		15.45-16.15
16.00-16.30			16.15-16.45	16.00-16.30	5+6+13+14		16.15-16.45	16.00-16.30	5+6+7+9		16.15-16.45
16.30-17.00			16.45-17.15	16.30-17.00		U15	16.45-17.15	16.30-17.00		U11	16.45-17.15
17.00-17.30		F12 / F14	17.15-17.45	17.00-17.30	U12		17.15-17.45	17.00-17.30	U14/15	14	17.15-17.45
17.30-18.00		9	17.45-18.15	17.30-18.00	Poolspel		17.45-18.15	17.30-18.00		F16 / Damer	17.45-18.15
18.00-18.30		U9	18.15-18.45	18.00-18.30	7+9+15+18		18.15-18.45	18.00-18.30		9	18.15-18.45
18.30-19.00		7	18.45-19.15	18.30-19.00	U14 B nord		18.45-19.15	18.30-19.00	Konståkning	Damer	18.45-19.15
19.00-19.30	Isvärming	U11	19.15-19.45	19.00-19.30	Österåker 12		19.15-19.45	19.00-19.30			19.15-19.45
19.30-20.00	A-lag	6	19.45-20.15	19.30-20.00	Vallentuna 13		19.45-20.15	19.30-20.00		13	19.45-20.15
20.00-20.30		U14/15	20.15-20.45	20.00-20.30			20.15-20.45	20.00-20.30	Mariners	IceAge	20.15-20.45
20.30-21.00	Solna		20.45-21.15	20.30-21.00			20.45-21.15	20.30-21.00			20.45-21.15
21.00-21.30	5+6+9		21.15-21.45	21.00-21.30			21.15-21.45	21.00-21.30		7+9	21.15-21.45
21.30-22.00			21.45-22.15	21.30-22.00			21.45-22.15	21.30-22.00			21.45-22.15
22.00-22.30			22.15-22.45	22.00-22.30			22.15-22.45	22.00-22.30			22.15-22.45
22.30-23.00				22.30-23.00				22.30-23.00			

Poolspel	U11	U9	U12
Förbered	12:00	15:00	17.00
Match 1-2	12:10	15:10	17.10
Match 3-4	12:30	15:30	17.30
Match 5-6	12:50	15:50	17.50
Städa	13:10	16:10	18.10
Spolning	13:20	16:20	18.20

Poolspel	U10
Förbered	15.00
Match 1-2	15.10
Match 3-4	15.30
Match 5-6	15.50
Städa	16.10
Spolning	16.20