

måndag 11-feb				tisdag 12-feb				onsdag 13-feb				torsdag 14-feb							
A-hallen		B-hallen		A-hallen		B-hallen		A-hallen		B-hallen		A-hallen		B-hallen					
07.00-08.15			07.15-07.45	07.00-08.15			07.15-07.45	07.00-08.15			07.15-07.45	07.00-08.15	Konståkning 7.00-8.15		07.15-07.45				
07.30-08.00			07.45-08.15	07.30-08.00			07.45-08.15	07.30-08.00			07.45-08.15	07.30-08.00		Hockeygym 8.10-9.20	07.45-08.15				
08.00-08.30	Hockeygym 8.10-9.20	Förskolor 8.30-10.00	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	Förskolor 9.00-10.30			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	Allmänheten utan klubb		14.15-14.45	14.00-14.30	Allmänheten med klubb		14.15-14.45	14.00-14.30	Allmänheten utan klubb		14.15-14.45	14.00-14.30	Allmänheten med klubb		14.15-14.45				
14.30-15.00			14.45-15.15	14.30-15.00			14.45-15.15	14.30-15.00			14.45-15.15	14.30-15.00			14.45-15.15				
15.00-15.30		14.00-15.20	Allmänheten med klubb	15.15-15.45		15.00-15.30	14.00-15.50	Allmänheten utan klubb		15.15-15.45	15.00-15.30	14.00-15.20		Allmänheten med klubb	15.15-15.45	15.00-15.30	Konståkning 15.00-19.00	Allmänheten utan klubb	15.15-15.45
15.30-16.00		Konståkning 15.30-20.00	15.00-16.00	15.45-16.15		15.30-16.00		15.00-16.00		15.45-16.15	15.30-16.00	Konståkning 15.30-18.30		15.00-16.00	15.45-16.15	15.30-16.00		15.00-16.00	15.45-16.15
16.00-16.30			16.15-16.45	16.00-16.30			16.15-16.45	16.00-16.30			16.15-16.45	16.00-16.30			16.15-16.45				
16.30-17.00		JRM Omkl 7	16.45-17.15	16.30-17.00		U10 Omkl 7+11	16.45-17.15	16.30-17.00			16.45-17.15	16.30-17.00		U10/U11 Omkl 6+8	16.45-17.15				
17.00-17.30			17.15-17.45	17.00-17.30	Specialist- pass Se schema nedan		17.15-17.45	17.00-17.30			17.15-17.45	17.00-17.30			17.15-17.45				
17.30-18.00		U8 Omkl 5	17.45-18.15	17.30-18.00			Konståkning 17.15-21.45	17.45-18.15	17.30-18.00		U12 Omkl 6	17.45-18.15	17.30-18.00		Flickor Omkl 7	17.45-18.15			
18.00-18.30		U13 Omkl 6	18.15-18.45	18.00-18.30				18.15-18.45	18.00-18.30		U14/U15 Omkl 8+15+11	18.15-18.45	18.00-18.30		U14/U15 Omkl 5+15+11	18.15-18.45			
18.30-19.00		U14 Omkl 7+11	18.45-19.15	18.30-19.00				18.45-19.15	18.30-19.00	J18 Omkl 7	Konståkning 18.45-20.15	18.45-19.15	18.30-19.00			18.45-19.15			
19.00-19.30			19.15-19.45	19.00-19.30			19.15-19.45	19.00-19.30			19.15-19.45	19.00-19.30	J18 SK Iron Omkl 6+8	19.15-21.30	19.15-19.45				
19.30-20.00			19.45-20.15	19.30-20.00	U14 Lidingö Omkl 5+7		19.45-20.15	19.30-20.00	U13 Sollentuna Omkl 5+6		19.45-20.15	19.30-20.00			19.45-20.15				
20.00-20.30	J18 Omkl 8	U15 Omkl 15	20.15-20.45	20.00-20.30			20.15-20.45	20.00-20.30		J20/A-lag Omkl 8+9	20.15-20.45	20.00-20.30			20.15-20.45				
20.30-21.00			20.45-21.15	20.30-21.00			20.45-21.15	20.30-21.00	Jurassic Omkl 7		20.45-21.15	20.30-21.00			20.45-21.15				
21.00-21.30	Vets DM Nacka Omkl 5+6		21.15-21.45	21.00-21.30			21.15-21.45	21.00-21.30			21.15-21.45	21.00-21.30			21.15-21.45				
21.30-22.00			21.45-22.15	21.30-22.00				21.30-22.00			21.45-22.15	21.30-22.00	Vets Omkl 7		21.45-22.15				
22.00-22.30				22.00-22.30				22.00-22.30				22.00-22.30							

Specialistpass, tisdag 17.00-19.30

17.00-17.30	U9	Fys 17.45-18.20	Omkl 5	16.30-18.30
17.30-17.40	Spolning			
17.40-18.20	U11+U12	Fys 18.30-19.10	Omkl 6+8	17.10-19.30
18.20-18.30	Spolning			
18.30-19.20	U13+U14	Fys 19.30-20.10	Omkl 15+11	18.00-20.30
19.20-19.30	Spolning			

Omklädningsrum

U9-U12, flickor 30 min före träning, 45 min före match
U13 - U15, junior, A-lag 45 min före träning, 60 min före

fredag 15-feb			
A-hallen		B-hallen	
07.00-08.15	Konståkning 7.00-8.15		07.15-07.45
07.30-08.00			07.45-08.15
08.00-08.30		Hockeygym 8.10-9.20	08.15-08.45
08.30-09.00			08.45-09.15
09.00-09.30			09.15-09.45
09.30-10.00			09.45-10.15
10.00-10.30			10.15-10.45
10.30-11.00			10.45-11.15
11.00-11.30			11.15-11.45
11.30-12.00			11.45-12.15
12.00-12.30			12.15-12.45
12.30-13.00			12.45-13.15
13.00-13.30			13.15-13.45
13.30-14.00			13.45-14.15
14.00-14.30			14.15-14.45
14.30-15.00	Allmänheten utan klubb	Allmänheten med klubb	14.45-15.15
15.00-15.30			15.15-15.45
15.30-16.00	Konståkning 15.30-18.30	15.00-16.00	15.45-16.15
16.00-16.30		U12	16.15-16.45
16.30-17.00		Omkl 5	16.45-17.15
17.00-17.30		U13	17.15-17.45
17.30-18.00		Omkl 15	17.45-18.15
18.00-18.30		U15	18.15-18.45
18.30-19.00		Omkl 6	18.45-19.15
19.00-19.30		Målvakts- träning Omkl 7	19.15-19.45
19.30-20.00	19.45-20.15		
20.00-20.30	20.15-20.45		
20.30-21.00	20.45-21.15		
21.00-21.30	Omkl 5+8		21.15-21.45
21.30-22.00			21.45-22.15
22.00-22.30			

lördag 16-feb			
A-hallen		B-hallen	
07.00-08.15			07.15-07.45
07.30-08.00			07.45-08.15
08.00-08.30	Konståkning 8.00-9.00	Konståkning 8.15-10.45	08.15-08.45
08.30-09.00			08.45-09.15
09.00-09.30	H-skola 2011		09.15-09.45
09.30-10.00	Omkl 5+11		09.45-10.15
10.00-10.30	H-skola flickor Omkl 7		10.15-10.45
10.30-11.00	H-skola <2011 Omkl 5+6		J18
11.00-11.30		Omkl 8+11	11.15-11.45
11.30-12.00	Flickor A Lizana Omkl 7	Allmänheten utan klubb	11.45-12.15
12.00-12.30		12.15-12.45	
12.30-13.00		12.45-13.15	
13.00-13.30		13.15-13.45	
13.30-14.00	Allmänheten med klubb	Senior Ingen omkl.	13.45-14.15
14.00-14.30			14.15-14.45
14.30-15.00	U9 Poolspel Omklädning: Österåker 6 Kista 7+11 Solna 5		14.45-15.15
15.00-15.30		15.15-15.45	
15.30-16.00		15.45-16.15	
16.00-16.30		16.15-16.45	
16.30-17.00			16.45-17.15
17.00-17.30		17.15-17.45	
17.30-18.00	U15 SDE Omkl 8+15		17.45-18.15
18.00-18.30			18.15-18.45
18.30-19.00			18.45-19.15
19.00-19.30			19.15-19.45
19.30-20.00	J20 Haninge Omkl 6+9		19.45-20.15
20.00-20.30		20.15-20.45	
20.30-21.00		20.45-21.15	
21.00-21.30		21.15-21.45	
21.30-22.00			21.45-22.15
22.00-22.30			

söndag 17-feb			
A-hallen		B-hallen	
07.00-08.15			07.15-07.45
07.30-08.00	Konståkning 8.00-13.30		07.45-08.15
08.00-08.30			08.15-08.45
08.30-09.00		U9 Omkl 5	08.45-09.15
09.00-09.30			09.15-09.45
09.30-10.00			09.45-10.15
10.00-10.30			10.15-10.45
10.30-11.00		Flickor Omkl 7	10.45-11.15
11.00-11.30		11.15-11.45	
11.30-12.00		Allmänheten med klubb	11.45-12.15
12.00-12.30		12.15-12.45	
12.30-13.00		12.45-13.15	
13.00-13.30		U11 Omkl 6	13.15-13.45
13.30-14.00	13.45-14.15		
14.00-14.30	14.15-14.45		
14.30-15.00	14.45-15.15		
15.00-15.30	Konståkning 15.00-16.30	U13 Omkl 5	15.15-15.45
15.30-16.00			15.45-16.15
16.00-16.30	U14/U15 Omkl 6+15+11	Ice Age Omkl 8	16.15-16.45
16.30-17.00			16.45-17.15
17.00-17.30		17.15-17.45	
17.30-18.00			17.45-18.15
18.00-18.30	Konståkning 18.15-20.15		18.15-18.45
18.30-19.00			18.45-19.15
19.00-19.30			19.15-19.45
19.30-20.00			19.45-20.15
20.00-20.30	Jurassic Omkl 7		20.15-20.45
20.30-21.00			20.45-21.15
21.00-21.30			21.15-21.45
21.30-22.00			21.45-22.15
22.00-22.30			

match