

måndag 24-jan				tisdag 25-jan				onsdag 26-jan				torsdag 27-jan			
A-hallen		B-hallen		A-hallen		B-hallen		A-hallen		B-hallen		A-hallen		B-hallen	
08.00-08.30				08.00-08.30				08.00-08.30				08.00-08.30			
08.30-09.00			08.15-08.45	08.30-09.00			08.15-08.45	08.30-09.00			08.15-08.45	08.30-09.00			08.15-08.45
09.00-09.30			08.45-09.15	09.00-09.30			08.45-09.15	09.00-09.30			08.45-09.15	09.00-09.30			08.45-09.15
09.30-10.00			09.15-09.45	09.30-10.00			09.15-09.45	09.30-10.00			09.15-09.45	09.30-10.00			09.15-09.45
10.00-10.30			09.45-10.15	10.00-10.30			09.45-10.15	10.00-10.30			09.45-10.15	10.00-10.30			09.45-10.15
10.30-11.00			10.15-10.45	10.30-11.00			10.15-10.45	10.30-11.00			10.15-10.45	10.30-11.00			10.15-10.45
11.00-11.30			10.45-11.15	11.00-11.30			10.45-11.15	11.00-11.30			10.45-11.15	11.00-11.30			10.45-11.15
11.30-12.00			11.15-11.45	11.30-12.00			11.15-11.45	11.30-12.00			11.15-11.45	11.30-12.00			11.15-11.45
12.00-12.30			11.45-12.15	12.00-12.30			11.45-12.15	12.00-12.30			11.45-12.15	12.00-12.30			11.45-12.15
12.30-13.00			12.15-12.45	12.30-13.00			12.15-12.45	12.30-13.00			12.15-12.45	12.30-13.00			12.15-12.45
13.00-13.30			12.45-13.15	13.00-13.30			12.45-13.15	13.00-13.30			12.45-13.15	13.00-13.30			12.45-13.15
13.30-14.00			13.15-13.45	13.30-14.00			13.15-13.45	13.30-14.00			13.15-13.45	13.30-14.00			13.15-13.45
14.00-14.30			13.45-14.15	14.00-14.30			13.45-14.15	14.00-14.30			13.45-14.15	14.00-14.30			13.45-14.15
14.30-15.00	Allmis	Allmis	14.15-14.45	14.30-15.00	Allmis	Allmis	14.15-14.45	14.30-15.00	Allmis	Allmis	14.15-14.45	14.30-15.00	Allmis	Allmis	14.15-14.45
15.00-15.30	14.00-15.20	14.00-15.50	14.45-15.15	15.00-15.30	14.00-15.50	14.00-15.50	14.45-15.15	15.00-15.30	14.00-15.20	14.00-15.50	14.45-15.15	15.00-15.30	14.00-15.50	14.00-15.50	14.45-15.15
15.30-16.00	Konstakning		15.15-15.45	15.30-16.00			15.15-15.45	15.30-16.00	Konstakning		15.15-15.45	15.30-16.00	Konstakning		15.15-15.45
16.00-16.30			15.45-16.15	16.00-16.30	Konstakning		15.45-16.15	16.00-16.30			15.45-16.15	16.00-16.30	15.00-19.00		15.45-16.15
16.30-17.00			16.15-16.45	16.30-17.00		U12	16.15-16.45	16.30-17.00		U9 (fast tid)	16.15-16.45	16.30-17.00			16.15-16.45
17.00-17.30		FC	16.45-17.15	17.00-17.30		5+7	16.45-17.15	17.00-17.30		9	16.45-17.15	17.00-17.30			16.45-17.15
17.30-18.00	Omkl 9	5+6	17.15-17.45	17.30-18.00		U10	17.15-17.45	17.30-18.00		Pass 1	17.15-17.45	17.30-18.00	Omkl 9	U8 (fast tid)	17.15-17.45
18.00-18.30	Kl 15.30-18.00	U13	17.45-18.15	18.00-18.30		6	17.45-18.15	18.00-18.30		7 (MV) + 5	17.45-18.15	18.00-18.30	Kl 15.30-18.00	5+6	17.45-18.15
18.30-19.00		7	18.15-18.45	18.30-19.00	Omkl 9	U11	18.15-18.45	18.30-19.00		Pass 2	18.15-18.45	18.30-19.00		U13	18.15-18.45
19.00-19.30		FB	18.45-19.15	19.00-19.30		18	18.45-19.15	19.00-19.30		7 (MV) + 15	18.45-19.15	19.00-19.30		7	18.45-19.15
19.30-20.00	Isvärming	9	19.15-19.45	19.30-20.00	U15	Konstakning	19.15-19.45	19.30-20.00	Isvärming	Pass 3	19.15-19.45	19.30-20.00	J20	Konstakning	19.15-19.45
20.00-20.30	J20	A-lag	19.45-20.15	20.00-20.30	Sollentuna		19.45-20.15	20.00-20.30	J20	7 (MV) + 5	19.45-20.15	20.00-20.30			19.45-20.15
20.30-21.00	Vallentuna		20.15-20.45	20.30-21.00	5+7	Omkl 9	20.15-20.45	20.30-21.00	Haninge	J18	20.15-20.45	20.30-21.00	A-lag	U15	20.15-20.45
21.00-21.30		J18	20.45-21.15	21.00-21.30			20.45-21.15	21.00-21.30		18	20.45-21.15	21.00-21.30		9	20.45-21.15
21.30-22.00		7	21.15-21.45	21.30-22.00	Mariners	IceAge	21.15-21.45	21.30-22.00	5+6		21.15-21.45	21.30-22.00		Damer	21.15-21.45
22.00-22.30	5+6		21.45-22.15	22.00-22.30		15+16+17+18	21.45-22.15	22.00-22.30		Mariners	21.45-22.15	22.00-22.30	Mariners		21.45-22.15
22.30-23.00			22.15-22.45	22.30-23.00			22.15-22.45	22.30-23.00			22.15-22.45	22.30-23.00		15+16+17+18	22.15-22.45

	Målvaktsträning:	Träning:
Pass 1	U9-U12 + FC	Individuellt
Pass 2	U13-U15 + FB	U12
Pass 3	Junior + Senior	U15

fredag 28-jan				lördag 29-jan				söndag 30-jan			
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	Konstakning		08.15-08.45
08.30-09.00			08.45-09.15	08.30-09.00			08.45-09.15	08.30-09.00	08.00-13.30	Extern	08.45-09.15
09.00-09.30			09.15-09.45	09.00-09.30	HSK nybörjare	FC (fast tid)	09.15-09.45	09.00-09.30		18	09.15-09.45
09.30-10.00			09.45-10.15	09.30-10.00	6+7	13	09.45-10.15	09.30-10.00		U11	09.45-10.15
10.00-10.30			10.15-10.45	10.00-10.30	HSK flickor	U9 (fast tid)	10.15-10.45	10.00-10.30		7	10.15-10.45
10.30-11.00			10.45-11.15	10.30-11.00	5+11	15	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 fortsätn.	U10	11.15-11.45	11.00-11.30		5+6	11.15-11.45
11.30-12.00			11.45-12.15	11.30-12.00	6+13	18	11.45-12.15	11.30-12.00		Allmis	11.45-12.15
12.00-12.30			12.15-12.45	12.00-12.30	U15	Allmis	12.15-12.45	12.00-12.30		11.45-13.00	12.15-12.45
12.30-13.00			12.45-13.15	12.30-13.00	Sollentuna	11.45-13.00	12.45-13.15	12.30-13.00			12.45-13.15
13.00-13.30			13.15-13.45	13.00-13.30	7+9	FB	13.15-13.45	13.00-13.30		U15	13.15-13.45
13.30-14.00			13.45-14.15	13.30-14.00	Allmis	14	13.45-14.15	13.30-14.00	Allmis		13.45-14.15
14.00-14.30	Allmis	Allmis	14.15-14.45	14.00-14.30	13.30-14.50	J18	14.15-14.45	14.00-14.30	13.30-14.50	5	14.15-14.45
14.30-15.00	14.00-15.20	14.00-15.50	14.45-15.15	14.30-15.00			14.45-15.15	14.30-15.00		Specialistpass	14.45-15.15
15.00-15.30			15.15-15.45	15.00-15.30	Poolspel F12	18	15.15-15.45	15.00-15.30	U13	DB	15.15-15.45
15.30-16.00	Konstakning		15.45-16.15	15.30-16.00		Passet utgår	15.45-16.15	15.30-16.00	7+13	18	15.45-16.15
16.00-16.30	15.30-18.30		16.15-16.45	16.00-16.30	5+6+13+11		16.15-16.45	16.00-16.30	J18	Specialistpass	16.15-16.45
16.30-17.00			16.45-17.15	16.30-17.00			16.45-17.15	16.30-17.00	Järna	DB	16.45-17.15
17.00-17.30		U10	17.15-17.45	17.00-17.30		Specialistpass	17.15-17.45	17.00-17.30		18	17.15-17.45
17.30-18.00		18	17.45-18.15	17.30-18.00	Poolspel U11	DB	17.45-18.15	17.30-18.00		J20	17.45-18.15
18.00-18.30		U11	18.15-18.45	18.00-18.30		18	18.15-18.45	18.00-18.30	6+9		18.15-18.45
18.30-19.00		13	18.45-19.15	18.30-19.00	7+9+15+	Specialistpass	18.45-19.15	18.30-19.00	Konstakning	Damer HSK	18.45-19.15
19.00-19.30		U12	19.15-19.45	19.00-19.30	16+17	DB	19.15-19.45	19.00-19.30	18.30-20.00	Omk1 13	19.15-19.45
19.30-20.00	Isvärming	14+15	19.45-20.15	19.30-20.00		18	19.45-20.15	19.30-20.00		Damer	19.45-20.15
20.00-20.30	A-lag	U15 / FB	20.15-20.45	20.00-20.30			20.15-20.45	20.00-20.30			20.15-20.45
20.30-21.00	KTH	16+17+18	20.45-21.15	20.30-21.00			20.45-21.15	20.30-21.00	Mariners	15+17+18	20.45-21.15
21.00-21.30			21.15-21.45	21.00-21.30			21.15-21.45	21.00-21.30		IceAge	21.15-21.45
21.30-22.00	5+6+7+9		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		13+14+16	22.15-22.45
22.30-23.00				22.30-23.00				22.30-23.00			

Poolspel	F12	U11
Förbered	15.00	17.30
Match 1-2	15.10	17.40
Match 3-4	15.40	18.10
Match 5-6	16.10	18.40
Städa	16.40	19.10
Spolning	16.50	19.40