

måndag 19-nov				tisdag 20-nov				onsdag 21-nov				torsdag 22-nov			
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		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	7.00-8.15		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		Hockeygym 8.10-9.20	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	Konståkning 15.30-20.00	Allmänheten med klubb	15.15-15.45	15.00-15.30	Allmänheten utan klubb		15.15-15.45	15.00-15.30	Konståkning 15.30-18.30	Allmänheten med klubb	15.15-15.45	15.00-15.30	Konståkning 15.00-16.30	Allmänheten utan klubb	15.15-15.45
15.30-16.00			15.45-16.15	15.30-16.00			15.45-16.15	15.30-16.00			15.45-16.15	15.30-16.00			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		Konståkning 16.15-18.15	16.15-16.45
16.30-17.00			16.45-17.15	16.30-17.00			16.45-17.15	16.30-17.00			16.45-17.15	16.30-17.00			16.45-17.15
17.00-17.30			17.15-17.45	17.00-17.30			17.15-17.45	17.00-17.30			17.15-17.45	17.00-17.30			17.15-17.45
17.30-18.00			17.45-18.15	17.30-18.00			17.45-18.15	17.30-18.00			17.45-18.15	17.30-18.00			17.45-18.15
18.00-18.30			18.15-18.45	18.00-18.30			18.15-18.45	18.00-18.30			18.15-18.45	18.00-18.30			18.15-18.45
18.30-19.00			18.45-19.15	18.30-19.00			18.45-19.15	18.30-19.00			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			19.15-19.45
19.30-20.00			19.45-20.15	19.30-20.00			19.45-20.15	19.30-20.00			19.45-20.15	19.30-20.00			19.45-20.15
20.00-20.30			20.15-20.45	20.00-20.30			20.15-20.45	20.00-20.30			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			20.45-21.15	20.30-21.00			20.45-21.15
21.00-21.30	A-laget Omkl 8		21.15-21.45	21.00-21.30			21.15-21.45	21.00-21.30	Jurassic Omkl 6		21.15-21.45	21.00-21.30	Vets Omkl 6		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	21.30-22.00			21.45-22.15
22.00-22.30				22.00-22.30				22.00-22.30				22.00-22.30			
												22.30-23.00			

Specialistpass, tisdag 17.00-19.30

17.00-17.30	Fys 17.45-18.20	Omkl 5
17.30-17.40		
17.40-18.20	Fys 18.30-19.10	Omkl 6+8
18.20-18.30		
18.30-19.20	Fys 19.30-20.10	Omkl 15+11
19.20-19.30		

Omklädningsrum

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

fredag 23-nov			
A-hallen		B-hallen	
07.00-08.15	Konståkning		07.15-07.45
07.30-08.00	7.00-8.15		07.45-08.15
08.00-08.30		Hockeygym	08.15-08.45
08.30-09.00		8.10-9.20	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	Allmänheten utan klubb 14.00-15.20		14.15-14.45
14.30-15.00			14.45-15.15
15.00-15.30		Allmänheten med klubb 15.00-16.00	15.15-15.45
15.30-16.00	Konståkning 15.30-18.30		15.45-16.15
16.00-16.30		U13	16.15-16.45
16.30-17.00		Omk1 7	16.45-17.15
17.00-17.30			17.15-17.45
17.30-18.00		U10	17.45-18.15
18.00-18.30		Omk1 6	18.15-18.45
18.30-19.00	J20	U14	18.45-19.15
19.00-19.30	Omk1 9	Omk1 8+11	19.15-19.45
19.30-20.00	J18	Målvakts- träning	19.45-20.15
20.00-20.30	GötaTraneberg	Omk1 6	20.15-20.45
20.30-21.00			20.45-21.15
21.00-21.30	Omk1 5+7		21.15-21.45
21.30-22.00			21.45-22.15
22.00-22.30			

lördag 24-nov			
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	Konståkning 8.15-10.45	08.15-08.45
08.30-09.00	8.00-9.00		08.45-09.15
09.00-09.30	H-skola 2011		09.15-09.45
09.30-10.00	Omk1 5+6		09.45-10.15
10.00-10.30	H-skola flickor		10.15-10.45
10.30-11.00	Omk1 8+11		10.45-11.15
11.00-11.30	H-skola <2011	Omk1 7	11.15-11.45
11.30-12.00	Omk1 5+6		11.45-12.15
12.00-12.30	U12 Omk1 8	Allmänheten utan klubb 11.45-13.05	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 13.30-14.50	U9	13.45-14.15
14.00-14.30		Omk1 5	14.15-14.45
14.30-15.00		U11	14.45-15.15
15.00-15.30	J20	Omk1 11	15.15-15.45
15.30-16.00	Haninge	U13 Poolspel	15.45-16.15
16.00-16.30	Omk1 6+9	Omk1ädnig:	16.15-16.45
16.30-17.00		5: Haninge	16.45-17.15
17.00-17.30		7: Nacka	17.15-17.45
17.30-18.00		8: Sollentuna	17.45-18.15
18.00-18.30		15: Österåker	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			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 25-nov			
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 8.00-13.30		08.15-08.45
08.30-09.00		U9	08.45-09.15
09.00-09.30		Omk1 6	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	10.45-11.15
11.00-11.30		Omk1 7	11.15-11.45
11.30-12.00		Allmänheten	11.45-12.15
12.00-12.30		med klubb 11.45-13.05	12.15-12.45
12.30-13.00			12.45-13.15
13.00-13.30		U12	13.15-13.45
13.30-14.00	Allmänheten utan klubb 13.30-14.50	Omk1 5	13.45-14.15
14.00-14.30			14.15-14.45
14.30-15.00			14.45-15.15
15.00-15.30	U13	U11	15.15-15.45
15.30-16.00	Omk1 15	Träningsmatch	15.45-16.15
16.00-16.30		Omk1 6+11	16.15-16.45
16.30-17.00	J18		16.45-17.15
17.00-17.30	Sollentuna		17.15-17.45
17.30-18.00		J20	17.45-18.15
18.00-18.30	Omk1 5+7	Omk1 9	18.15-18.45
18.30-19.00		Konståkning	18.45-19.15
19.00-19.30	Konståkning 19.00-20.30	18.15-20.15	19.15-19.45
19.30-20.00			19.45-20.15
20.00-20.30			20.15-20.45
20.30-21.00	Jurassic Omk1 7		20.45-21.15
21.00-21.30			21.15-21.45
21.30-22.00			21.45-22.15
22.00-22.30			