

RTS16 DAGSPROGRAM

D	Kl.	R	G	B	Gruppe	Tid	Aktivitet	Tema	Hvor	A	Kommentar
Ti	08:45	x			9899	15	Oppmøte jenter	Velkommen :-)	Bane 1		
Ti	09:00	x			9899	90	Trening 1 jenter	Duell og valgsituasjoner	Bane 2		
Ti	10:45	x			9899	10	Oppsummering jenter	Hvordan gikk økta + info	Bane 2		Inkl bytte/dusj etter møte
Ti	09:45		x		9899	15	Oppmøte jenter	Velkommen :-)	Bane 2		
Ti	10:00		x		9899	90	Trening 1 jenter	Duell og valgsituasjoner	Bane 2		Ny bane etter 30 minutter
Ti	11:30		x		9899	10	Oppsummering jenter	Hvordan gikk økta + info	Bane 2		Inkl bytte/dusj etter møte
Ti	10:45			x	9899	15	Oppmøte jenter	Velkommen :-)	Bane 2		
Ti	11:00			x	9899	90	Trening 1 jenter	Duell og valgsituasjoner	Bane 2		Ny bane etter 30 minutter
Ti	12:30			x	9899	10	Oppsummering jenter	Hvordan gikk økta + info	Bane 1		
Ti	08:45	x			9899	15	Oppmøte gutter	Velkommen :-)	Bane 3		
Ti	09:00	x			9899	90	Trening 1 gutter	Duell og valgsituasjoner	Bane 3		
Ti	10:45	x			9899	10	Oppsummering gutter	Hvordan gikk økta + info	Bane 2		
Ti	10:15		x		9899	15	Oppmøte gutter	Velkommen :-)	Bane 2		
Ti	10:30		x		9899	90	Trening 1 gutter	Duell og valgsituasjoner	Bane 3		
Ti	12:00		x		9899	10	Oppsummering gutter	Hvordan gikk økta + info	Bane 3		
Ti	11:15	x			9899	30	Lunsj		Møterommet		
Ti	12:15		x		9899	30	Lunsj		Møterommet		
Ti	13:15			x	9899	30	Lunsj		Møterommet		
Ti	15:15	x			9899	10	Forberedelse jenter	Hva tar vi med oss fra forrige økt?	Bane 1		
Ti	15:30	x			9899	90	Trening 2 jenter	Duell og valgsituasjoner	Bane 1		
Ti	17:00	x			9899	10	Oppsummering jenter	Hvordan gikk økta + info	Bane 1		Inkl bytte/dusj etter møte
Ti	16:45		x		9899	10	Forberedelse jenter	Hva tar vi med oss fra forrige økt?	Bane 2		
Ti	17:00		x		9899	90	Trening 2 jenter	Duell og valgsituasjoner	Bane 2&1		Ny bane etter 15 minutter
Ti	18:30		x		9899	10	Oppsummering jenter	Hvordan gikk økta + info	Bane 2		Inkl bytte/dusj etter møte
Ti	14:55	x			9899	5	Forberedelse gutter	Hva tar vi med oss fra forrige økt?	Bane 3		
Ti	15:00	x			9899	90	Trening 2 gutter	Duell og valgsituasjoner	Bane 3		
Ti	16:30	x			9899	15	Oppsummering gutter	Hvordan gikk økta + info	Bane 3		
Ti	16:25		x		9899	5	Forberedelse gutter	Hva tar vi med oss fra forrige økt?	Bane 2		
Ti	16:30		x		9899	90	Trening 2 gutter	Duell og valgsituasjoner	Bane 3		
Ti	18:00		x		9899	15	Oppsummering gutter	Hvordan gikk økta + info	Bane 3		

RTS16 DAGSPROGRAM

D	Kl.	R	G	B	Gruppe	Tid	Aktivitet	Tema	Hvor	A	Kommentar
Ti	17:30	x			9899	30	Middag		Møterommet		
Ti	19:00		x		9899	30	Middag		Møterommet		
		x	x		9899		Til disp	Avtale med trenerne...			
Ti	20:00	x	x		9899	15	Fellesmøte	Dagen i dag og dagen i morgen	Skolen		Felles og delt