

RTS17 DAGSPROGRAM

D	Kl.	G	B	R	Gruppe	Tid	Aktivitet	Tema	Hvor	A	Kommentar
Ti	08:45		X		00-01	15	Oppmøte jenter	Velkommen :-)	Bane 1		
Ti	09:00		X		00-01	90	Trening 1 jenter	Duell og valgsituasjoner	Bane 2		
Ti	10:45		X		00-01	10	Oppsummering jenter	Hvordan gikk økta + info	Bane 2		Inkl bytte/dusj etter møte
Ti	09:45			X	00-01	15	Oppmøte jenter	Velkommen :-)	Bane 2		
Ti	10:00			X	00-01	90	Trening 1 jenter	Duell og valgsituasjoner	Bane 2		Ny bane etter 30 minutter
Ti	11:30			X	00-01	10	Oppsummering jenter	Hvordan gikk økta + info	Bane 2		Inkl bytte/dusj etter møte
Ti	08:45		X		00-01	15	Oppmøte gutter	Velkommen :-)	Bane 3		
Ti	09:00		X		00-01	90	Trening 1 gutter	Duell og valgsituasjoner	Bane 3		
Ti	10:45		X		00-01	10	Oppsummering gutter	Hvordan gikk økta + info	Bane 2		Inkl bytte/dusj etter møte
Ti	10:15			X	00-01	15	Oppmøte gutter	Velkommen :-)	Bane 2		
Ti	10:30			X	00-01	90	Trening 1 gutter	Duell og valgsituasjoner	Bane 3		
Ti	12:00			X	00-01	10	Oppsummering gutter	Hvordan gikk økta + info	Bane 3		Inkl bytte/dusj etter møte
Ti	11:15		X		00-01	30	LUNSJ		Møterommet		
Ti	12:15			X	00-01	30	LUNSJ		Møterommet		
Ti	15:15		X		00-01	10	Forberedelse jenter	Hva tar vi med oss fra forrige økt?	Bane 1		
Ti	15:30		X		00-01	90	Trening 2 jenter	Duell og valgsituasjoner	Bane 1		
Ti	17:00		X		00-01	10	Oppsummering jenter	Hvordan gikk økta + info	Bane 1		Inkl bytte/dusj etter møte
Ti	16:45			X	00-01	10	Forberedelse jenter	Hva tar vi med oss fra forrige økt?	Bane 2		
Ti	17:00			X	00-01	90	Trening 2 jenter	Duell og valgsituasjoner	Bane 2		Bane 1 opptatt fra 17:30
Ti	18:30			X	00-01	10	Oppsummering jenter	Hvordan gikk økta + info	Bane 2		Inkl bytte/dusj etter møte
Ti	14:55		X		00-01	5	Forberedelse gutter	Hva tar vi med oss fra forrige økt?	Bane 3		
Ti	15:00		X		00-01	90	Trening 2 gutter	Duell og valgsituasjoner	Bane 3		
Ti	16:30		X		00-01	15	Oppsummering gutter	Hvordan gikk økta + info	Bane 3		Inkl bytte/dusj etter møte
Ti	16:25			X	00-01	5	Forberedelse gutter	Hva tar vi med oss fra forrige økt?	Bane 2		
Ti	16:30			X	00-01	90	Trening 2 gutter	Duell og valgsituasjoner	Bane 3		
Ti	18:00			X	00-01	15	Oppsummering gutter	Hvordan gikk økta + info	Bane 3		Inkl bytte/dusj etter møte
Ti	17:30		X		00-01	30	MIDDAG		Møterommet		
Ti	18:30			X	00-01	30	MIDDAG		Møterommet		
Ti	19:30		X	X	00-01	15	Fellesmøte	Dagen i dag og dagen i morgen	Skolen		Felles og delt