

Fredag 10 Mai

TID	Sted	Tema	Gruppe
14:30	Sportellet	Innsjekk/registering	Alle
15:00	Sportellet - kjeller	Infomøte.	Alle
15:30	Sportellet	Middag gr 1	Gr.1 G+J
16:30	Sportellet	Middag gr 2	Gr.2 G+J
17:00-18:30	Bane 1 og 2, dusj i hallen	Håndball	Gr.1 G+J
17:40-18:25	Sportellet kjeller	OLT Kosthold og Ernæring	Gr.2 G+J
18:30-20:00	Bane 1 og 2, dusj i hallen	Håndball	Gr.2 G+J
19:00-19:45	Sportellet kjeller	OLT Kosthold og Ernæring	Gr.1 G+J
20:00-21:00	Sportellet	Kveldsmat	Alle
23:00	Rommene	God natt!	Alle

Lørdag 11 Mai

Jenter			
TID	Sted	Tema	Gruppe
07:30-09:30	Sportellet	Frokost	Alle
08:30-09:15	Sportellet - kjeller	Foredrag LK 00	Alle jenter
09:30-11:00	Bane 1 og 2, dusj i hallen	Kamp sør mot øst	Gr.1 jenter
10:45-12:15	Bane 1 og 2, dusj i hallen	Kamp sør mot øst	Gr.2 jenter
12:00-13:30	Sportellet	Lunsj	Alle
14:00-15:30	Heia	Styrke med ytre belastning	Gr 1 Sør og Øst
15:30-17:00	Heia	Styrke med ytre belastning	Gr 2 Sør og Øst
17:30-18:30	Sportellet	Middag	Alle
21:00	Sportellet	Kveldsmat	Alle
23:00	Rommene	God natt	Alle

Lørdag 11 Mai

Gutter			
TID	Sted	Tema	Gruppe
07:30-09:30	Sportellet	Frokost	Alle
09:00-11:00	Heia	Testing gutter	Gr 1 Sør og Øst
11:00-13:00	Heia	Testing gutter	Gr 2 Sør og Øst
13:00-14:00	Sportellet	Lunsj	Alle
15:00-16:30	Bane 1 og 2, dusj i hallen	Håndball	Gr 1 Sør og Øst
16:30-18:00	Bane 1 og 2, dusj i hallen	Håndball	Gr 2 Sør og Øst
18:00-19:00	Sportellet	Middag	Alle
20:00	Sportellet Matsal	Foredrag LM 00	Alle
21:00	Sportellet	Kveldsmat	Alle
23:00	Rommene	God natt	Alle

Søndag 12 Mai

Jenter			
TID	Sted	Tema	Gruppe
07:30-09:30	Sportellet	Frokost	Alle
09:00-10:30	Bane 1 og 2, dusj i hallen	Håndball	Gr.1 sør Gr.2 øst
10:30-12:00	Bane 1 og 2, dusj i hallen	Håndball	Gr.2 sør Gr.1 øst
12:00-13:30	Sportellet	Lunsj	Alle
14:00-15:30	Flerbrukshallen	Styrke- sirkel økt	Gr.1 sør Gr.2 øst
15:30-17:00	Flerbrukshallen	Styrke- sirkel økt	Gr.2 sør Gr.1 øst
17:30-18:30	Sportellet	Middag	Alle
18:30	Hjemreise		Alle

Søndag 12 Mai

Gutter			
TID	Sted	Tema	Gruppe
07:30-09:30	Sportellet	Frokost	Alle
09:00-10:30	Bane 1 og 2, dusj i hallen	Håndball	Gr.1 sør Gr.2 øst
10:30-12:00	Bane 1 og 2, dusj i hallen	Håndball	Gr.2 sør Gr.1 øst
12:00-13:30	Sportellet	Lunsj	Alle
14:00-15:30	Bane 1	Kamp øst mot sør	Gr.1 sør Gr.2 øst
15:30-17:00	Bane 1	Kamp øst mot sør	Gr.2 sør Gr.1 øst
17:30-18:30	Sportellet	Middag	Alle
18:30	Hjemreise		Alle