



Program Jenter 2-4 februar.

Fredag 2. februar

TID	Sted	Tema	Gruppe
14:30	Sportellet	Innsjekk/registering	Alle
15:00-15:30	Sportellet - kjeller	Infomøte.	Alle
15:30-16:00	Sportellet	Utdeling av bagetter m.m	Alle
16:30-18:00	Flerbrukshallen	Håndball	Gr. 1
16:30-17:30	Kjeller sportellet	Foredrag - kosthold	Gr. 2 gutter & jenter
18:00-19:30	Flerbrukshallen	Håndball	Gr. 2
18:30-19:00	Sportellet	Middag	Gr. 1
19:00-20:00	Kjeller sportellet	Foredrag - kosthold	Gr. 1 gutter & jenter
20:00-20:30	Sportellet	Middag	Gr. 2
23:00	Rommene	God natt!	Alle

Lørdag 3. februar

Jenter			
TID	Sted	Tema	Gruppe
07:30-09:30	Sportellet	Frokost	Alle
09:00-11:00	Heia	Styrke med ytre belastning	Gr.1
11:00-13:00	Heia	Styrke med ytre belastning	Gr.2
12:30-13:00	Sportellet	Lunsj	Gr.1
13:30-14:00	Sportellet	Lunsj	Gr.2
14:00-15:30	Flerbrukshallen	Håndball	Gr 1
15:30-17:00	Flerbrukshallen	Håndball	Gr 2
16:30-17:00	Sportellet	Middag	Gr.1
18:00-19:00	Sportellet	Middag	Gr.2
19:00-20:00	Sportellet, kjeller	Foredrag LKY	Alle
21:10-21:40	Sportellet	Kveldsmat	Alle
23:00	Rommene	God natt	Alle

Søndag 4. februar

Jenter			
TID	Sted	Tema	Gruppe
07:30-09:00	Sportellet	Frokost	Alle
09:00-09:30	Sportellet	Utsjekk	Alle
10:00-11:30	Flerbrukshallen	Kampaktivitet	Jenter
11:30-13:00	Flerbrukshallen	Kampaktivitet	Jenter
13:00-14:30	Sportellet	Lunsj	Alle
14:30	Hjemreise		Alle



Program Gutter 2-4 februar.

Fredag 2. februar

TID	Sted	Tema	Gruppe
14:30	Sportellet	Innsjekk/registering	Alle
15:00-15:30	Sportellet - kjeller	Infomøte.	Alle
15:30-16:00	Sportellet	Utdeling av bagetter m.	Alle
16:30-18:00	Bane A	Håndball	Gr. 1
16:30-17:30	Kjeller sportellet	Foredrag - Kosthold	Gr. 2 jenter & gutter
18:00-19:30	Bane A	Håndball	Gr. 2
18:30-19:00	Sportellet	Middag	Gr. 1
19:00-20:00	Kjeller sportellet	Foredrag - Kosthold	Gr. 1 jenter & gutter
20:00-20:30	Sportellet	Middag	Gr. 2
20:40-21:40	Kjeller sportellet	Foredrag LMY	Alle
23:00	Rommene	God natt!	Alle

Lørdag 3. februar

Gutter			
TID	Sted	Tema	Gruppe
07:30-09:30	Sportellet	Frokost	Alle
10:00-11:30	Flerbrukshallen	Håndball	Gr 1
11:30-13:00	Flerbrukshallen	Håndball	Gr 2
12:30-13:00	Sportellet	Lunsj	Gr.1
13:30-14:00	Sportellet	Lunsj	Gr.2
14:00-16:00	Heia	Styrke med ytre belastning	Gr.1
16:00-18:00	Heia	Styrke med ytre belastning	Gr.2
16:30-17:00	Sportellet	Middag	Gr.1
18:00-19:00	Sportellet	Middag	Gr.2
21:00-21:30	Sportellet	Kveldsmat	Alle
23:00	Rommene	God natt	Alle

Søndag 4. februar

Gutter			
TID	Sted	Tema	Gruppe
07:30-09:00	Sportellet	Frokost	Alle
09:00-09:30	Sportellet	Utsjekk	Alle
09:30	Buss til Gulsethallen		Gutter
10:00-11:30	Gulsethallen	Gruppe 1 (Dusj i hallen)	Gutter
11:30-13:00	Gulsethallen	Gruppe 2 (Dusj i hallen)	Gutter
13:30	Buss tilbake til sportellet		Gutter
13:45-14:30	Sportellet	Lunsj	Alle
14:30	Hjemreise		Alle