

Joel Lundqvist Hockey Camp vecka 29			Lundqvist Goalie Camp vecka 29		SKYTTAR	
Elitutveckling 03/04			LGC Nivå 4		LGC Nivå 1/2	
Utv.grupp - Dagelev 06/07			LGC Nivå 4		LGC Nivå 1/2	
06.30-07.00	06.45 Frukost		06.45 Frukost		06.30-07.00	
07.00-07.30					07.00-07.30	
07.30-08.00					07.30-08.00	
08.00-08.30	08.00-09.15 Istråning		08.00 - Samling	08.00 Frukost	08.00-09.15 Is	08.00-08.30
08.30-09.00	"special"		08.15 Möte campansvarig		4-8 MV med 03/04	08.30-09.00
09.00-09.30			08:30 Uppvärmning	09.00 Fys	08.45-09.45	09.00-09.30
09.30-10.00	09.30 Frukost		09.30-10.45 Istråning	09.30 Frukost	09.45 Frukost	09.30-10.00
10.00-10.30	10.00 Fys			10.00 Bad	10.00 Teori	10.00-10.30
10.30-11.00					09.30-10.45 Is	10.30-11.00
11.00-11.30	11.00-12.15	11.15 Lunch		11.00 Lunch	11.00-12.15 Istråning	11.00-11.30
11.30-12.00	Skyttar grp A		11.45 Lunch			11.30-12.00
12.00-12.30		12.15-13.15				12.00-12.30
12.30-13.00	12.45 Lunch	Grp B Skott	12.30 Teori	12.30-13.45 Istråning		12.30-13.00
13.00-13.30			13.00 Fys		13.00 Lunch	13.00-13.30
13.30-14.00			13.45 Mellanmål			13.30-14.00
14.00-14.30	14.15-15.15 Istråning		14.15	14.15-15.15 Is	14.00 BAUER genomgång	14.00-14.30
14.30-15.00			Skotträning - tävling	14.30 Mellanmål	4-8 MV med 03/04	14.30-15.00
15.00-15.30				15.15 BAUER genomgång	15.00 Mellanmål	15.00-15.30
15.30-16.00	15.45 Mellanmål		15.30-16.30 Istråning		15.30-16.30 Is	15.30-16.00
16.00-16.30			Smålagsmatcher		4-8 MV med 06/07	16.00-16.30
16.30-17.00		16.45-18.00		16.45 Middag	16.45-18.00 Istråning	16.30-17.00
17.00-17.30	17.00-17.45	Skyttar grp B	17.00 Middag			17.00-17.30
17.30-18.00	Grp A Skott		17.30 - Slut för dagen			17.30-18.00
18.00-18.30	18.15 Middag			18.15-19.30 Istråning		18.00-18.30
18.30-19.00					18.40 Middag	18.30-19.00
19.00-19.30						19.00-19.30
19.30-20.00	19.45-20.45 Istråning			19.45-20.45 Is	19.30-20.15	19.30-20.00
20.00-20.30	Internmatch 2x15			4-8 MV med 03/04	Fys	20.00-20.30
20.30-21.00			20.30 Kvällsmål			20.30-21.00
21.00-21.30	21.15 Kvällsmål			21.15 Kvällsmål	20.45 Kvällsmål	21.00-21.30
21.30-22.00						21.30-22.00
22.00-22.30	22.00 God Natt!			22.00 God Natt!	22.00 God Natt!	22.00-22.30
						22.30 God Natt!

Joel Lundqvist Hockey Camp vecka 29		CCM		Lundqvist Goalie Camp vecka 29		BAUER	
Tisdag 18/7	Elitutveckling 03/04	Utv.grupp - Dagelev 06/07		LGC Nivå 4	LGC Nivå 1/2	Tisdag 18/7	SKYTTAR
06.30-07.00				06.45 Frukost		06.30-07.00	
07.00-07.30						07.00-07.30	07.00 Frukost
07.30-08.00	07.45 Frukost					07.30-08.00	
08.00-08.30		08.00 - Samling		08.00-09.15 Istråning	08.00 Frukost	08.00-08.30	08.00-09.15 Ispass (Nivå 4)
08.30-09.00	08.45-10.00	08.15-08.45				08.30-09.00	
09.00-09.30	Fys	Uppvärmning			08.45 Teori	09.00-09.30	
09.30-10.00		09.30-10.45 Istråning		09.30 Fukt		09.30-10.00	
10.00-10.30	10.00 Mellanmål			10.00 Bad + krabbtävling	10.00-10.45	10.00-10.30	10:00 Fys intervaller med skytteansvarig
10.30-11.00					Fys	10.30-11.00	
11.00-11.30	11.00-12.15 Istråning			11.00 Städa omkl	11.00-12.15 Is	11.00-11.30	
11.30-12.00		11.45 Lunch		11.30 Lunch	4-8 MV med 03/04	11.30-12.00	11.30 Lunch
12.00-12.30						12.00-12.30	
12.30-13.00	13.00 Lunch	12.30-13.45	12.30 Teori	12.30-13.15 Fys	12.45 Lunch	12.30-13.45 Istråning	12.30-13.00
13.00-13.30		Skyttar grp B	13.00 Fys				13.00-13.30
13.30-14.00	13:45		13.45 Mellanmål				13.30-14.00
14.00-14.30	Grp A Skott	14.00 Lunch	13.45 Bandy	13.45 Skotträning			14.00-14.30
14.30-15.00	14.30 Bad + krabbtävling		14.15 Skotträning	14.15 Bandy		14.30 Mellanmål	14.30-15.00
15.00-15.30						15.00 Bad + krabbtävling	15.00-15.30
15.30-16.00	15.30 Mellanmål						15.30 Mellanmål
16.00-16.30	16.00 Städa omkl.rum	15.45-16.45 Istråning		16.00 Mellanmål	16.00 Städa omkl.	15.45-16.45 Is	16.00-16.30
16.30-17.00	16.00 Middag grp A alt matlåda 18.00			16.30 Teori	16.45 Middag	4-8 MV med 06/07	16.30-17.00
17.00-17.30	17.00-18.00 Istråning	17.15 Middag			17.00-18.00 Is	17.15 Middag	17.00-17.30
17.30-18.00		17.45 - Slut för dagen			4-8 MV med 03/04		17.30-18.00
18.00-18.30	18.15-19.30			18.00 Middag	18.30 Middag	18.15-19.30 Istråning	18.00-18.30
18.30-19.00	Skyttar grp A	18.30 Middag					18.30-19.00
19.00-19.30		Grp B Skott					19.00-19.30
19.30-20.00	19.45 Fukt	19.30-20.00					19.30-20.00
20.00-20.30		Grp B Skott		19.45-21.00 Istråning			20.00-20.30
20.30-21.00						20.30 Kvällsmål	20.30-21.00
21.00-21.30	20.45 Kvällsmål						21.00-21.30
21.30-22.00				21.30 Kvällsmål			21.30-22.00
22.00-22.30	22.00 God natt!			22.00 God natt!		22.00 God natt!	22.00-22.30
							22.30 God natt!

Joel Lundqvist Hockey Camp vecka 29		CCM		Lundqvist Goalie Camp vecka 29		BAUER		
Onsdag 19/7	Elitutveckling 03/04	Utv.grupp - Dagelev 06/07		LGC Nivå 4	LGC Nivå 1/2	Onsdag 19/7	SKYTTRAR	
06.30-07.00	06.45 Frukost			06.45 Frukost		06.30-07.00		
07.00-07.30						07.00-07.30		
07.30-08.00						07.30-08.00	07:45 Frukost	
08.00-08.30	08.00-09.15 Istråning	08.00 - Samling		08.15 Frukost	08.00-09.15 Is	08.00-08.30		
08.30-09.00		Uppvärmning + Lekar			4-8 MV med 03/04	08.30-09.00		
09.00-09.30				09.15-10.15 Fys		09.00-09.30	09:00 Fys intervaller	
09.30-10.00	09.45 Mellanmål	09.30-10.30 Istråning		09.45 Mellanmål	09.30 Bollspel	09.30-10.00	med skytteansvarig	
10.00-10.30					10.00 Frukost	10.00-10.30	10.15 Skotträning	
10.30-11.00	10.45-12.00	10.30-11.30	10.30 Städa omkl.rum	10.30 Städa omkl.rum	10.45-12.00 Istråning		10.30-11.00	
11.00-11.30	Skyttar grp A	Fys		11.00 Lunch			11.00-11.30	11:15 Lunch
11.30-12.00			11.15 Lunch			11.30-12.00		
12.00-12.30		12.00 Lunch		12.15-13.30 Istråning		12.00-12.30		
12.30-13.00	12.30 Lunch		12.15 Fys			12.30-13.00	12.15-13.30 Ispass (Nivå 4)	
13.00-13.30			13.00 Frukost			13.00-13.30		
13.30-14.00	13.45-14.45 Istråning	13.30 Bandy	13.30 Skotträning		13.45-14.45 Is	13.30-14.00	13.30 Städa omkl.rum	
14.00-14.30		14.00 Skotträning	14.00 Bandy	14.15 Möte rektor	4-8 MV med 03/04	14.00-14.30	14.15 Städa omkl.rum	
14.30-15.00				14.30 Mellanmål			14.30-15.00	14.45 Möte rektor
15.00-15.30	14.45 Städa omkl	15.00-16.00 Istråning		15.00 Bollspel + Bad		15.00-15.30	15:00 Fys	
15.30-16.00	15.30 Mellanmål + möte rektor	Smålagsmatcher				15.30-16.00		
16.00-16.30	16.15 Fys	16.15-17.15	16.30 Mellanmål + möte rektor			16.00-16.30	16:00 Mellanmål	
16.30-17.00		Skyttar grp B	16.45 - Slut för dagen	16.15 Frukost		16.30-17.00	16:30 Teori med mentor	
17.00-17.30						17.00-17.30		
17.30-18.00	Samling i hamnen 17.45 17.45-20.30			17.30-18.30 Istråning		17.30-18.00	17:30-18:30 Ispass (Nivå 4)	
18.00-18.30						18.00-18.30		
18.30-19.00	Gemensamma aktiviteter		Samling i hamnen 19.15 19.15-20.30		Samling i hamnen 18.15 18.15-20.30		18.30-19.00	Samling i hamnen 19.15
19.00-19.30	Inkl. hamburgare		Gemensamma aktiviteter		Gemensamma aktiviteter		19.00-19.30	19.15-20.30
19.30-20.00	Gemensamma aktiviteter		Inkl. hamburgare		Inkl. hamburgare		19.30-20.00	Gemensamma aktiviteter
20.00-20.30	Inkl. hamburgare						20.00-20.30	Inkl. hamburgare
20.30-21.00							20.30-21.00	
21.00-21.30					21.00 Drickyoghurt		21.00-21.30	
21.30-22.00	21.30 Drickyoghurt		21.30 Drickyoghurt				21.30-22.00	21.30 Drickyoghurt
22.00-22.30	22.00 God natt!		22.00 God natt!		22.00 God natt!		22.00-22.30	22.30 God natt!

Joel Lundqvist Hockey Camp vecka 29		CCM		Lundqvist Goalie Camp vecka 29		BAUER	
Torsdag 20/7	Elitutveckling 03/04	Utv.grupp - Dagelev 06/07		LGC Nivå 4	LGC Nivå 1/2	Torsdag 20/7	SKYTтар
06.30-07.00	06.45 Frukost				06.45 Frukost	06.30-07.00	
07.00-07.30						07.00-07.30	
07.30-08.00					07.45 Frukost	07.30-08.00	07:45 Frukost
08.00-08.30	08.00-09.15 Istråning	08.00 - Samling		08.15 Frukost	08.00-09.15 Is	08.00-08.30	
08.30-09.00	"special"	Uppvärmning + Lekar			4-8 MV med 03/04	08.30-09.00	
09.00-09.30				09.15-10.30	08.45-09.30	09.00-09.30	09:00 Fys intervaller
09.30-10.00	09.30 Mellanmål	09.30-10.45 Istråning		Bollspel + Fys	Fys	09.30-10.00	med skytteansvarig
10.00-10.30	10.00 Teori				09.30 Mellanmål	10.00-10.30	10.15 Skotträning
10.30-11.00					09.45 Mellanmål	10.30-11.00	
11.00-11.30	11.15 Skott	11.00-12.15		11.00 Lunch	09.15 Frukost	11.00-11.30	11:15 Lunch
11.30-12.00		Skyttar grp B			09.30-10.45 Is	11.30-12.00	
12.00-12.30		11.45 Lunch			4-8 MV med 06/07	12.00-12.30	
12.30-13.00	12.30 Lunch	12.30 Teori		12.30-13.45 Istråning	11.00-12.15 Istråning	12.30-13.00	12:30-13:45 Ispass (Nivå 4)
13.00-13.30		13.00 Fys				13.00-13.30	
13.30-14.00		13.45 Mellanmål				13.30-14.00	
14.00-14.30	14.15-15.15 Istråning	14.00 Bandy	14.00 Skottövling		14.15-15.15 Istråning	14.00-14.30	
14.30-15.00		14.30 Skottövling	14.30 Bandy	14.30 Mellanmål	4-8 MV med 03/04	14.30-15.00	14:30 Mellanmål
15.00-15.30				15.15 Teori + bad		15.00-15.30	
15.30-16.00	15.45 Mellanmål	15.30-16.30 Istråning			15.00 Frukost	15.30-16.00	15:30 Fys + Bad
16.00-16.30					15.30-16.30 Is	16.00-16.30	
16.30-17.00	16.45-18.00			16.45 Middag	16.45-18.00 Istråning	16.30-17.00	
17.00-17.30	Skyttar grp A	17.00-17.45				17.00-17.30	17:00 Middag
17.30-18.00		Skott		17.30 - Slut för dagen		17.30-18.00	
18.00-18.30	18.15 Middag			18.15-19.30 Istråning		18.00-18.30	18:15-19:30 Ispass (Nivå 4)
18.30-19.00					18.30 Middag	18.30-19.00	
19.00-19.30						19.00-19.30	
19.30-20.00	19.45-20.45 Istråning				19.45-20.45 Is	19.30-20.00	19:45-20:45 Internmatch
20.00-20.30	Internmatch 2x15				4-8 MV med 03/04	20.00-20.30	Domare mm
20.30-21.00				20.30 Kvällsmål		20.30-21.00	20.45 Kvällsmål
21.00-21.30	21.15 Kvällsmål				21.15 Kvällsmål	21.00-21.30	21:00-22:00 Egen is
21.30-22.00					20.45 Kvällsmål	21.30-22.00	
22.00-22.30	22.00 God Natt!			22.00 God Natt!	22.00 God Natt!	22.00-22.30	22.30 God Natt!

Joel Lundqvist Hockey Camp vecka 29		CCM		Lundqvist Goalie Camp vecka 29		BAUER	
Fredag 21/7	Elitutveckling 03/04	Utv.grupp - Dagelev 06/07	LGC Nivå 4	LGC Nivå 1/2	Fredag 21/7	SKYTTAR	
06.30-07.00				Utcheck + städning	06.30-07.00	06:30 Städning skola	
07.00-07.30				06.45 Frukost	07.00-07.30	07:00 Frukost	
07.30-08.00	Utcheck + städning		Utcheck + städning		07.30-08.00		
08.00-08.30	08.15 Frukost	08.00 - Samling	08.00 Frukost	08.00-09.00 Istråning	08.00-08.30	08.00-09.00 Ispass (Nivå 1/2)	
08.30-09.00		Uppvärmning + Lekar			08.30-09.00		
09.00-09.30	09.00 Utvärdering	09.15-10.05 Istråning	09.00-09.30	09.30 Frukt	09.15-10.05 Is	09.00-09.30	09:15 Fys med skytteansvarig
09.30-10.00	09.30-10.15		Fys	10.00-10.45	4-8 MV med 06/07	09.30-10.00	
10.00-10.30	Fys		10.20-11.20 Istråning	Bollspel		10.00-10.30	10:20-11:20 Ispass (Nivå 4)
10.30-11.00	10.30 Frukt	11.15 Lunch		10.45 Utvärdering		10.30-11.00	
11.00-11.30				11.45 Lunch		11.00-11.30	
11.30-12.00	11.30-12.20 Istråning	11.30 Utvärdering	12.00 Lunch	11.30-12.20 Is		11.30-12.00	
12.00-12.30			4-8 MV med 03/04			12.00-12.30	12.00 Städning omkl.rum
12.30-13.00		12.30-13.15	12.30 Utvärdering		12.30-13.15 Match	12.30-13.00	12:30 Lunch
13.00-13.30	13.00 Lunch	Match		13.00 Lunch	4-8 MV med 06/07	13.00-13.30	13:00 Avslut
13.30-14.00		13.30-14.15 Strafftävling med målvakterna			13.30-14.15 Strafftävling med utespelarna	13.30-14.00	
14.00-14.30						14.00-14.30	
14.30-15.00	14.30-15.30 Strafftävling med målvakterna		14.30-15.30 Strafftävling med utespelarna			14.30-15.00	
15.00-15.30		15.00 Avslutning+hamburgare			15.00 Avslutning+hamburgare	15.00-15.30	
15.30-16.00						15.30-16.00	
16.00-16.30	16.00 Avslutning+hamburgare		16.00 Avslutning+hamburgare			16.00-16.30	
16.30-17.00						16.30-17.00	
17.00-17.30						17.00-17.30	