

Tid	Lørdag d. 25.				Søndag d. 26.			
	U14 Vest Syd	U14 Vest Nord	U14 Øst Syd	U14 Øst Nord	U14 Vest grp 1	U14 Øst grp 1	U14 Vest grp 2	U14 Øst grp 2
06:30			Mødetid i Rødovre 6:45		Morgenmad 06:30	Morgenmad 06:30		
07:00			Afgang 07:00					
07:30							Morgenmad 07:30	Morgenmad 07:45
08:00					Istræning 7:45-8:30	Istræning 8:00-8:45		
08:30					Arena	Skøjtehal		
09:00	Check in 09:00				Ironman 3		Istræning 8:45-9:30	Istræning 9:15-10:00
09:30		Check in 09:45			Frugt		Arena	Skøjtehal
10:00	Istræning 10:00-10:45		Check in 10:00		Kamp 3x15 min 10:15 - 11:45 Arena	Ironman 3		
10:30						Frugt		
11:00	Istræning 11:00-11:45		Ironman 1			Kamp 3x15 min 11:15 - 12:45		
11:30	Ironman 1		Snack					
12:00	Frokost 12:15							
12:30			Istræning 12:00-12:45		Frokost 12:15		Skøjtehal	
13:00							Frokost 13:15	
13:30		Ironman 1		Istræning 13:00-13:45	Fælles afrunding			
14:00			Frokost 14:00		Afrejse 14:15			
14:30			Teori 1		For Øst: Ankomst Rødovre ca. 17:15			
15:00	Kamp 3x20 min 15:00 - 17:15		Ironman 2					
15:30			Snack					
16:00								
16:30								
17:00								
17:30								
18:00	Aftensmad 18:00							
18:30	Teori 1							
19:00	Ironman 2							
19:30			Kamp 3x20 min 17:30 - 19:45					
20:00								
20:30	Snack		Aftensmad 20:30					
21:00								
21:30								
22:00								
22:30								
23:00								