



### **Grupp 1**

#### **Måndag:**

Is: 09:00-09:40

#### **Mellis**

Is: 10:40-11:20

#### **Lunch**

Is: 12:30-13:20

#### **Tisdag:**

Is: 09:00-09:50

#### **Mellis**

Is: 11:00-11:50

#### **Lunch**

Is: 13:00-13:50

#### **Onsdag:**

Is: 09:00-09:40

#### **Mellis**

Is: 10:40-11:20

#### **Lunch**

Is: 12:30-13:20

#### **Torsdag:**

Is: 09:00-09:50

#### **Mellis**

Is: 11:00-11:50

#### **Lunch**

Is: 13:00-13:50

## Välkommen till Sportlovscampen i Bålsta ishall.

Till vänster ser ni schemat för veckan, se till att komma i tid till ispassen så ni hinner byta om.

Lunchen kommer serveras på Bowlroom som ligger bredvid ishallen.

Mellanmålet kommer serveras i ishallen.

Fysenpassen kommer bestå av mestadels rörlighet och kommer bedrivas utomhus och vädret tillåter. Så ta med bra kläder och utomhusskor.

Se till att ladda upp ordentligt med mat och vätska.

Vi har ungdomsledare till varje grupp i veckan, se till att prata med era barn att dom lyssnar och respekterar det dom säger.

Vid frågor maila [sportgrupp@balstahockey.se](mailto:sportgrupp@balstahockey.se) alt. Hör av er till Robin Gääv på 0704349554.