

Strömnäs och Kempas Handbollsskola 2010



Söndag

Incheckning	15.00 - 17.00
Taco m.m	18.00 - 20.00

Måndag

	P95-96 <u>Santa Maria</u>	FP97-98 <u>Servera</u>	F97-98 <u>Norrmejerier</u>	F97-98 <u>Polarbröd</u>	F95-96 <u>Kronfågel</u>
07.00-08:00	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost
08.15			Avfärd buss		
08.30-09:45	Mikael A / No	Fadderakt.	Marcus / Pi	Fadderakt.	Fadderakt.
10:00				Avfärd buss	
10.15-11.30		Mikael F / No		Jenny / Pi	
11.30 - 13.00	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch
12:45					Avfärd buss
13.00-14.15	Fadderakt.		Jenny / No		Mikael F / Pi
14:30		Avfärd buss			
14:45-16:00		Mikael A / Pi	Knäkontroll	Marcus / No	
16.15-17.30	Middag	Middag	Middag	Middag	Middag
17:45-19:00	Sofia / No	Knäkontroll	Fadderakt.		Knäkontroll
19:15-20:30	Knäkontroll			Knäkontroll	Sofia / No
ca 21:00	Kvällsfika	Kvällsfika	Kvällsfika	Kvällsfika	Kvällsfika

Tisdag

	P95-96 <u>Santa Maria</u>	FP97-98 <u>Servera</u>	F97-98 <u>Norrmejerier</u>	F97-98 <u>Polarbröd</u>	F95-96 <u>Kronfågel</u>
07.00-08:00	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost
08.15				Avfärd buss	
08.30-09:45	Fadderakt.	Fadderakt.	Fadderakt.	Mikael F / Pi	Jenny / No
10:00	Avfärd buss	AFRO 10-11			
10.15-11.30	Marcus / Pi		AFRO 11-12		Fadderakt.
11.30 - 13.00	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch
12:45				Avfärd buss	
13.00-14.15	AFRO 13-14	Mikael F / No	Mikael A / Pi	Fadderakt.	AFRO 13-14
14:30					Avfärd buss
14:45-16:00	Jenny / No			AFRO 14-15	Marcus / Pi
16.15-17.30	Middag	Middag	Middag	Middag	Middag
17:30				Avfärd buss	
17:45-19:00		Sofia / No		Mikael A / Pi	
19:15-20:30			Sofia / No		
ca 21:00	Kvällsfika	Kvällsfika	Kvällsfika	Kvällsfika	Kvällsfika

Menu:

Söndag

Tacobuffé

Måndag

Lunch: Kyckling & Ris

Middag: Köttbullar & potatis

Tisdag

Lunch: Fisk & potatis

Middag: Lasagne

Onsdag

Lunch: Pasta Carbonara

Middag: Kött & potatisgratäng

Alla dagar

Salladsbuffé, bröd & smör
samt mjölk/måltidsdryck

Onsdag

	P95-96 <u>Santa Maria</u>	FP97-98 <u>Servera</u>	F97-98 <u>Norrmejerier</u>	F97-98 <u>Polarbröd</u>	F95-96 <u>Kronfågel</u>
07.00-08:00	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost
08.15		Avfärd buss			
08.30-9.45	Fadderakt.	Marcus / Pi	Fadderakt.	Fadderakt.	Mikael A / No
10:00			Avfärd buss		
10.15-11.30	Mikael A / No	Fadderakt.	Mikael F / Pi		Fadderakt.
11.30 - 13.00	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch
12:45	MASSAGE 12:30-13:30				Avfärd buss
13.00-14.15			MA 13:45-14:45	Marcus / No	Jenny / Pi
14:30		Avfärd buss			
14:45-16:00	Mikael F / No	Jenny / Pi		MASSAGE 15-16	
16.15-17.30	Middag	Middag	Middag	Middag	Middag
17:45-19:00			Sofia / No	Sofia / No	
19:15-20:30					
ca 21:00	Kvällsfika	Kvällsfika	Kvällsfika	Kvällsfika	Kvällsfika

Torsdag

07.00-08:00	Städ/Frukost				
08.00- 11.30	Internmatcher / Städ				
11:45	Avslutning & Lättlunch				



No = Norrmalmia sporthall Pi = Pitholms sporthall

Tack till våra sponsorer:

