



Säsongspanering 23/24

Vad?	När?	Not.
Off-Ice träning	pågår – midsommar.	2ggr/v
Egen träning	från midsommar -	Enl. eget träningsprogram
Off-Ice träning	7 augusti – 31 augusti	2-3ggr/v
Is	Prel. 1 september	3-4ggr/v
<i>Fys/stretch i samband med isträningar. Spec. träning under säsong för utespelare/mv. Är isen försenad pga. arbeten letar vi tider i andra ishallar och/eller ersätter med off-ice.</i>		
Dagläger i sept.	Prel. 23/9	Fotskäl
Seriespel A2/B1	Första helgen oktober – mitten mars	A2 lördag, B1 söndag Bussresor, utvalda matcher
Endagscup	Lämpliga cuper avgör	1 alt. 2 st.
Flerdagarscup	Lämpliga cuper avgör	1 alt. 2 st.

Budget 23/24

Dagläger	300
Spec. träning	400
Endagscup	1000
Helgcup	2000
Buss	1200
Oföruts.	400
<hr/>	
Totalt	~5300