



Örebro Hockey Ungdom
Sportlovscamp V8 2026
Grupp -11-13

BAUER

Måndag 16/2	Tisdag 17/2	Onsdag 18/2	
08:45-09:45 Ispass	07:30—08:30 Ispass	09:00-09:30 Uppvärmning/Fys	
10:30-12:20 Fys	09:00 – 10:00 Styrka/Mellis	10:00 – 11:00 Ispass	
11:30-12:00 Lunch	11:15 – 12:15 Ispass	12:00-12:30 Lunch	
12:30-13:30 Ispass	12:45-13:30 Lunch	13:45-14:45 Matchspel	
14:00-15:00 Fys	15:00-16:00 Ispass		