



Örebro Hockey Ungdom
Påsklovscamp V14 2026
Grupp -16/17

BAUER

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



Örebro Hockey Ungdom
Påsklovscamp V14 2026
Grupp -14/15

BAUER

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



Örebro Hockey Ungdom
Påsklovscamp V14 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	
10:30-11:20 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		