

Træner: Emma* Vera* Oleg* Hjelpe-trænere* Sara* Marjo* TBP** efter tilmelding
 Dans i lige uger med Katharina

Mandag	Hold		Off is	Hold
Hal 1				
14.00 – 14.30	Privat / Privat-gruppe			
14.30 – 15.00	Privat / Privat-gruppe			
15.00 – 15.45 *	TBP **	Privat		
15.45 – 16.30 **	S2	S1A		
16.30-16.45	NY is			
16.45-17.30 **	S1A	MY		
17.30 – 18.15 **	Skøjteskole	Skøjteskole	17.40 – 18.15 *	M + K2 + K10
18.15-18.30	NY is			
18.30 – 19.15 **	M	K2		
19.15 – 20.00 *	K10	K2 + MO		

Tirsdag	Hold		Ballet	Hold
Hal 2				
06.30 – 07.30*	K2	M		
07.30 – 09.45	Privat / Selvtræning			
Hal 2				
14.00 – 14.30	Privat / Privat-gruppe			
14.30 – 15.00	Privat / Privat-gruppe			
15.00 – 15.30	Privat / Privat-gruppe			
15.30 – 15.45	Ny is			
15.45 – 16.30 **	S1	MY	16.45 – 17.45	Ulige uger: K1A Lige uger: S1+S1A
16.30 – 17.15 **	K1Y	MO	17.45 – 18.45	Ulige uger: K2, Lige uger: K1Y+MY
17.15 – 17.30	Ny is			
17.30 – 18.15 **	TBP Ulige uger: S1,S1A,S2,K1Y,MY	TBP Lige uger: K1A,A,K2,K10,MO		
18.15 - 19.00 **	A	K1A		

Onsdag	Hold		Off is	Hold
Hal 2				
14.00 – 14.30	Privat / Privat-gruppe			
14.30 – 15.00	Privat / Privat-gruppe			
15.00 – 15.30	Privat / Privat-gruppe			
15.30-16.15 * *	S1A	S2		
16.15-17.00 * *	K1Y	M		
17.00 – 17.45 * *	Skøjteskole	Skøjteskole	17.10– 17.50 *	K1Y + M
17.45 – 18.00	Ny is		18.00 -18.45 *	Skøjteskolen
18.00 – 18.45 * *	K2	M		
18.45 – 19.00	Ny is			
19.00 – 19.45 * *	K1A			
19.45 – 20.30 * *	K10 + K2	A		
20.30 – 21.15 *	K2 + K10 + VOKY			
21.15 – 22.00	VOKO			

Torsdag	Hold		Off is	Hold
Hal 2				
06.30 – 07.30 *	K1Y + K1A			
7.30 – 9.45	Privat / Selvtræning			
Hal 1				
14.00 – 14.30	Privat / Privat-gruppe			
14.30 - 15.00	Privat / Privat-gruppe			
15.00 – 15.45 **	S1	S2		
15.45 – 16.30 **	M	S1		
16.30 – 16.45	Ny is			

16.45 – 17.45

M + K2

K10

* *

Fredag	Hold		Off is	Hold
Hal 2				
14.00 – 14.30	Privat / Privat-gruppe			
14.30 – 15.00	Privat / Privat-gruppe			
15.00 – 15.30	Privat / Privat-gruppe			
15.30 – 15.45	<i>Ny is</i>			
15.45 – 16.30 * *	S1A	S1		
16.30 – 17.20 *	M	K2	16.40 – 17.25 *	S1+S2+S1A ***
17.20– 17.35	<i>Ny is</i>			
17.35 – 18.20 *	A		17.25 – 18.10 *	K1O+K1Y+K1A+K2+ M ***
18.20 – 19.00 *	K1O + K1A	K1Y	18.30 – 19.15 *	A ***
19.00 – 19.15	<i>Ny is</i>			
19.15 – 20.00 *	K1O	K1Y		

Lørdag	Hold		Off is	Hold
Hal 2				
12.00 – 12.45 *	M			
12.45 – 13.20/30 *	M			
13.20/30 – 13.35/45	<i>Ny is</i>			
13.45 – 14.30 *	TBP**			
14.30 – 15.15 *	SS - XTRA			
Hal 1				
15.15 – 15.30	SELVTRÆNING FOR ALLE			
15.30 – 16.15 *	Power	M,K2,K1O,K1Y,K1A		
16.15 – 17.00 *	Power	S1,S1A,S2,A		
17.00 – 17.15	<i>Ny is</i>			
17.15 – 18.15 *	K1A			

18.15– 18.30	<i>Ny is</i>			
18.30 – 20.00				
20.00 - 21.00	Privat-Gruppe	Selvtræning		
21.00 – 23.00	SELVTRÆNING FOR ALLE			

Søndag	Hold		Off is	Hold
Hal 1				
8.00 – 8.30 *	Privat	Selvtræning		
8.30 – 9.15 *	S1			
9.15 – 10.00 *	S1A			
10.00 – 10.15	Ny is			
10.15 – 11.00 *	S2	Familie		
11.00 – 11.45 *	A			
Hal 1				
18.15 – 19.00 *	Solodans			
19.00 – 19.45 *	Solodans			
19.45 – 20.00	Ny is			
20.00 – 20.45 *	Synkron op til 16 år			
20.45 – 21.30 *	Synkron fra 16 år			