

Onsdag 1/8					Torsdag 2/8					Fredag 3/8					Lördag 4/8					Söndag 5/8				
Kl	Förskola/F-klass	Föräldragrupp	Alder 2011-2005	2004 & uppåt	Kl	Förskola/F-klass	Föräldragrupp	Alder 2011-2005	2004 & uppåt	Kl	Förskola/F-klass	Föräldragrupp	Alder 2011-2005	2004 & uppåt	Kl	Förskola/F-klass	Föräldragrupp	Alder 2011-2005	2004 & uppåt	Kl	Förskola/F-klass	Föräldragrupp	Alder 2011-2005	2004 & uppåt
7.00					7.00	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost	7.00	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost	7.00	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost	7.00	Frukost	Frukost	Frukost	Frukost
7.15					7.15					7.15					7.15					7.15				
7.30					7.30					7.30					7.30					7.30				
7.45					7.45					7.45					7.45					7.45				
8.00					8.00					8.00					8.00					8.00				
8.15					8.15					8.15					8.15					8.15				
8.30					8.30					8.30					8.30					8.30				
8.45					8.45					8.45					8.45					8.45				
9.00					9.00	Morgongympa	Morgongympa	Morgongympa	Morgongympa	9.00	Morgongympa	Morgongympa	Morgongympa	Morgongympa	9.00	Morgongympa	Morgongympa	Morgongympa	Morgongympa	9.00	Morgongympa	Morgongympa	Morgongympa	Morgongympa
9.15					9.15					9.15					9.15					9.15				
9.30					9.30					9.30					9.30					9.30				
9.45					9.45					9.45					9.45					9.45				
10.00					10.00	Lek & Röris	Träningsstema	Träning	Träningsstema	10.00	Lek & Röris	Träningsstema	Träning	Träning	10.00	Lek & Röris	Träningsstema	Träning	Träning	10.00	Morajoggen	Morajoggen	Morajoggen	Morajoggen
10.15					10.15	Pyssel	Forbättra ditt fläs		Stationsansvariga	10.15	Pyssel	Forbättra din styrka			10.15	Pyssel	Forbättra din rörlighet			10.15	10km	10km	10km	10km
10.30					10.30					10.30					10.30					10.30	5km	5km	5km	5km
10.45					10.45					10.45					10.45					10.45	2.5km	2.5km	2.5km	2.5km
11.00					11.00					11.00					11.00					11.00	Hinderbana	Hinderbana	Hinderbana	Hinderbana
11.15					11.15					11.15					11.15					11.15				
11.30					11.30					11.30					11.30					11.30				
11.45					11.45					11.45					11.45					11.45				
12.00					12.00	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch	12.00	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch	12.00	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch	12.00	Lunch & avslut	Lunch & avslut	Lunch & avslut	Lunch & avslut
12.15					12.15					12.15					12.15					12.15				
12.30					12.30					12.30					12.30					12.30				
12.45					12.45					12.45					12.45					12.45				
13.00	Incheckning	Incheckning	Incheckning	Incheckning	13.00					13.00					13.00	Bio	FL: SISU	FL: SISU	FL: SISU	13.00				
13.15					13.15					13.15					13.15		Team building			13.15				
13.30					13.30	Bio/Utelek	WS: S-kompassen	WS: S-kompassen	WS: S-kompassen	13.30	Utelek/Pyssel	FL: Crossoverträning	FL: Crossoverträning	FL: Crossoverträning	13.30		Strategi 2025			13.30				
13.45					13.45					13.45		skridsko & övriga isidrotter	skridsko & övriga isidrotter	skridsko & övriga isidrotter	13.45					13.45				
14.00	Välkomsträff	Välkomsträff	Välkomsträff	Välkomsträff	14.00					14.00		vs. LUP:ens olika steg	vs. LUP:ens olika steg	vs. LUP:ens olika steg	14.00					14.00				
14.15					14.15					14.15		och inriktningar	och inriktningar	och inriktningar	14.15					14.15				
14.30					14.30					14.30					14.30					14.30				
14.45					14.45					14.45					14.45					14.45				
15.00					15.00					15.00					15.00					15.00				
15.15					15.15					15.15					15.15					15.15				
15.30					15.30					15.30					15.30					15.30				
15.45					15.45					15.45					15.45					15.45				
16.00					16.00					16.00					16.00					16.00				
16.15					16.15					16.15					16.15					16.15				
16.30					16.30					16.30					16.30					16.30				
16.45					16.45					16.45					16.45					16.45				
17.00	Middag	Middag	Middag	Middag	17.00	Middag	Middag			17.00	Middag	Middag	Middag		17.00	Middag	Middag	Middag		17.00				
17.15					17.15					17.15					17.15					17.15				
17.30					17.30					17.30					17.30					17.30				
17.45					17.45					17.45					17.45					17.45				
18.00					18.00	Street dance	Street dance			18.00					18.00					18.00				
18.15	Bio	SSF info	SSF info	SSF info	18.15					18.15					18.15					18.15				
18.30					18.30					18.30					18.30					18.30				
18.45					18.45					18.45					18.45					18.45				
19.00					19.00					19.00	Skate quiz	Skate quiz	Skate quiz	Skate quiz	19.00	Filmvisning	Filmvisning	Filmvisning	Filmvisning	19.00				
19.15					19.15					19.15	Inlines	Quads	Kick bike	Barnvagn	19.15					19.15				
19.30					19.30					19.30	Korvgrellning	Korvgrellning	Korvgrellning	Korvgrellning	19.30					19.30				
19.45					19.45					19.45					19.45					19.45				
20.00					20.00					20.00					20.00					20.00				
20.15					20.15					20.15					20.15					20.15				
20.30					20.30					20.30					20.30					20.30				
20.45					20.45					20.45					20.45					20.45				
21.00					21.00					21.00					21.00					21.00				
21.15					21.15					21.15					21.15					21.15				
21.30					21.30					21.30					21.30					21.30				
21.45					21.45					21.45					21.45					21.45				
22.00					22.00					22.00					22.00					22.00				