

## Program TRL Kungsängen 190816-18

fredag 16/8

1600-1700	Samling o Middag		
1700	Uppackning logement		
1730-1830	Idrottshall montering av piste	Idrottshall	
1830	Coopertest löpgrupp 1	Utanför logement	se bilaga
1915	Coopertest löpgrupp 2	Utanför logement	se bilaga
2000	Coopertest löpgrupp 3	Utanför logement	se bilaga
1830-2030	Fri fäktning för löplediga	Idrottshall	
2100	Kvällsfika		

lördag 17/8

0645-0730	Frukost		
0800-1100	Test grp 1	Idrottshall	se bilaga
0830-1100	Fäktning grupp 2,3 o 4	Idrottshall	
1130-1215	Lunch		
1300-1600	Test grupp 2	Idrottshall	se bilaga
1330-1545	Fäktning grupp 1,3 o 4	Idrottshall	
1600-1645	Middag		
1700-2000	Test grupp 3	Idrottshall	se bilaga
1730-2000	Fäktning grupp 1,2 o 4	Idrottshall	
2100	Kvällsfika		

söndag 18/8

0645-0730	Frukost		
0800-1100	Test grp 4	Idrottshall	se bilaga
0830-1100	Fäktning grupp 1,2 o 3	Idrottshall	
1130-1215	Lunch		
1300-1430	Fäktning alla alt. löpträning	Idrottshall	
1430-1500	Nedmontering		
1500	Slut och ha en säker resa hem		

Respektive Förbundskapten kan ta ur sitt lag från ett pass för säsongsgenomgång