Søndag d. 12/10

Kl. 12.15 Mødetid på Ringsted st. Vi skal med IC50145

Kl. 14.28 Kører vi ind på Fredericia st.

Kl. 16.00-17.00 Aftensmad

Kl. 18.00-20.00 Træning

Kl. 20.30 Let aftensmad

Mandag d. 13/10

Kl. 06.45 Morgenmad

Kl. 08.00-10.00 Træning

Kl. 10.00-10.30 Dryland

Kl. 11.00-12.00 Frokost

Kl. 16.00-17.00 Aftensmad

Kl. 18.00-20.00 Træning

Kl. 20.30 Let aftensmad

Tirsdag d. 14/10

Kl. 06.45 Morgenmad

Kl. 08.00-10.00 Træning

Kl. 10.00-10.30 Dryland

Kl. 11.00-12.00 Frokost

Kl. 16.00-17.00 Aftensmad

Kl. 18.00-20.00 Træning

Kl. 20.30 Let aftensmad

Onsdag d. 15/10

Kl. 06.45 Morgenmad

Kl. 08.00-10.00 Træning

Kl. 10.00-10.30 Dryland

Kl. 11.00-12.00 Frokost

Kl. 16.00-17.00 Aftensmad

Kl. 18.00-20.00 Træning

Kl. 20.30 Let aftensmad

Torsdag d. 16/10

Kl. 06.45 Morgenmad

Kl. 08.00-10.00 Træning

Kl. 10.00-10.30 Dryland

Kl. 11.00-12.00 Frokost

Kl. 16.00-17.00 Aftensmad

Kl. 18.00-20.00 Træning

Kl. 20.30 Let aftensmad

Fredag d. 17/10

Kl. 06.45 Morgenmad

Kl. 08.00-10.00 Træning

Kl. 10.00-10.30 Dryland

Kl. 11.00-12.00 Frokost

Kl. 16.30-18.30 Træning

Kl. 19.00-20.00 Aftensmad

Lørdag d. 13/10

Kl. 06.45 Morgenmad

Kl. 08.00-10.00 Træning

Kl. 11.00-12.00 Frokost

Kl. 12.58 Afgang fra Fredericia St.

Kl. 14.28 Ankomst til Ringsted St.