



Gruppe 1



Spillere:

Fornavn	Etternavn	Fdt	Posisjon
Adrian	Støen	2009	Utespiller
Heine	Tverberg Haugbro	2009	Utespiller
Johan Riise	Cederquist	2009	Utespiller
Marcus	Løken Lunde	2009	Utespiller
OSKAR	FALBA	2009	Keeper
Pascal	Nordberg	2009	Utespiller
Timon	Nordberg	2009	Utespiller
Tobias	Falch-Nilsen	2009	Utespiller
Anders	Fagernes	2008	Utespiller
Fredrik Miila	Kjelstrup	2008	Utespiller
Frida	H-R Fagerholt	2008	Utespiller
Gabriel	Nordstrøm	2008	Utespiller
Jakob Flatlandsmo	Berglen	2008	Utespiller
Johan	Knap	2008	Utespiller
Julian Alexander	Dypdalen	2008	Utespiller
Leo	Mathisen	2008	Keeper
Lisa	Oladottir	2008	Utespiller
Lukas	Grøvnnes	2008	Utespiller
Marius	Aalandslid	2008	Utespiller
Marius	Haanshuus	2008	Utespiller
Marius	Myrold	2008	Utespiller
Mikael	Beckman dos Santos	2008	Utespiller
Petter	Pettersson	2008	Keeper
Sondre	Grovassbakk	2008	Utespiller
Sondre Elias	Bjørnerud	2008	Utespiller
Tinius	Reistad-Gysler	2008	Utespiller

Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
07.30 – 08.00	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is
08.00 – 09.00	Isøkt	Isøkt	Isøkt	Isøkt	Isøkt
09.45 – 10.30	Kølleteknikk/Innebandy	Kølleteknikk/Innebandy	Kølleteknikk/Innebandy	Kølleteknikk/Innebandy	Kølleteknikk/Innebandy
10.45 – 11.15	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
11.15 – 11.45	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is
11.45 – 13.00	Isøkt	Isøkt	Isøkt	Isøkt	Isøkt
13.45 – 15.00	Barmark/Ballspill	Barmark/Ballspill	Barmark/Ballspill	Barmark/Ballspill	Barmark/Ballspill
15.00 – 16.00	Rydde/Dusj	Rydde/Dusj	Rydde/Dusj	Rydde/Dusj	Rydde/Dusj

Gruppeledere:
Vegard Spets
Filip Langeli



Gruppe 2



Spillere:

Fornavn	Etternavn	Fdt	Posisjon
Christoffer	Løken Lunde	2007	Utespiller
Daniel	Agasøster	2007	Utespiller
Elias	Fulker	2007	Utespiller
Isabella	Heimerback	2007	Utespiller
Kieran	Koksvik-Nilsen	2007	Utespiller
Kristian	Sandlie	2007	Utespiller
Leo	Norberg	2007	Utespiller
Marius	Määttänen	2007	Utespiller
Martin	Andresen Aarhus	2007	Utespiller
Mats Haug	Hansen	2007	Utespiller
Adam	Azzaouagi	2006	Utespiller
Aksel Sverre	Johansen	2006	Utespiller
Alexander (Alex)	Dorfman	2006	Utespiller
Andreas	Alnes	2006	Utespiller
Andreas	Knap	2006	Utespiller
Bastian	Falch-Nilsen	2006	Keeper
Cornelius	Kirkfoss	2006	Utespiller
Erlend	Sletmoe-Kjærnet	2006	Utespiller
Ingvill	Hernes	2006	Utespiller
Isak	Lunde-Sletten	2006	Utespiller
Jone	Dehkes	2006	Utespiller
Jørgen Nyhus	Myhre	2006	Utespiller
Kristoffer	Lindqvist	2006	Utespiller
Lisette	Ege Duran	2006	Utespiller
Lukas Backe	Seim	2006	Utespiller
Marcus	Torrissen	2006	Utespiller
Odin	Hartmann	2006	Keeper
Sebastian	Heimdahl-Tafjord	2006	Utespiller
Sindre	Aalandslid	2006	Utespiller
Storm	Salamonsen	2006	Utespiller
Thea	Rustbakken	2006	Utespiller
Thea	Trøber	2006	Utespiller
Theo	Kraft	2006	Utespiller

Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
08.45 – 09.15	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is
09.15 – 10.05	Isøkt	Isøkt	Isøkt	Isøkt	Isøkt
10.30 – 11.15	Kølleteknikk/Innebandy	Kølleteknikk/Innebandy	Kølleteknikk/Innebandy	Kølleteknikk/Innebandy	Kølleteknikk/Innebandy
11.30 – 12.00	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
12:45 - 13:15	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is
13.15 – 14.30	Isøkt	Isøkt	Isøkt	Isøkt	Isøkt
15.00 – 16.00	Barmark/Ballspill	Barmark/Ballspill	Barmark/Ballspill	Barmark/Ballspill	Barmark/Ballspill
16.00 – 16.30	Rydde/Dusj	Rydde/Dusj	Rydde/Dusj	Rydde/Dusj	Rydde/Dusj

Gruppeledere:

Raymon Sørensen
Mathias Westheim



Gruppe 3



Spillere:

Fornavn	Etternavn	Fdt	Posisjon
Alieu	Moldal	2005	Utespiller
Eskil	Granum	2005	Utespiller
Jonathan	Jensen	2005	Utespiller
Julian	Gaalaas	2005	Utespiller
Michael	Støen	2005	Utespiller
Nikolas	Berg-Pedersen	2005	Utespiller
Olav Homme	Bratberget	2005	Utespiller
Rebekka FlataIndsmo	Berglen	2005	Utespiller
Tristan	Olason	2005	Utespiller
Adrian	Gonaseelan	2004	Utespiller
Anders Rønn	Lindqvst	2004	Utespiller
Christian	Torrissen	2004	Utespiller
Edgar Ramirez	Talm	2004	Keeper
Fabian	Weiby	2004	Utespiller
Filip Günther	Andresen	2004	Utespiller
Jesper	Falch-Nilsen	2004	Utespiller
Jonas Nyhus	Myhre	2004	Utespiller
Julian	Syversen	2004	Utespiller
Max	Määttänen	2004	Keeper
Sander	Hammerø	2004	Utespiller
Savier	Ege Duran	2004	Utespiller
Stian	Solberg	2004	Utespiller
Theodor	Amundsen	2004	Utespiller
Anton Westgård	Aarstad	2003	Keeper
Daniel	Holtan Lid	2003	Utespiller
Iver	Granum	2003	Utespiller
Jonas Wiig	Hindenes	2003	Utespiller
Jørgen	Rønning	2003	Keeper
Kasper	Romset	2003	Utespiller
Martin	Andresen	2003	Utespiller
Snorre	Bratberget	2003	Utespiller
Tobias	Nystrøm	2003	Utespiller
Trym Homme	Bratberget	2003	Utespiller
Uno	Pålsønn	2003	Utespiller

Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
09.00 – 09:45	Kølleteknikk/Innebandy	Kølleteknikk/Innebandy	Kølleteknikk/Innebandy	Kølleteknikk/Innebandy	Kølleteknikk/Innebandy
09:50 – 10.20	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is
10.20 – 11.10	Isøkt	Isøkt	Isøkt	Isøkt	Isøkt
12.00 – 12.30	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
12.45 – 13.45	Barmark/Ballspill	Barmark/Ballspill	Barmark/Ballspill	Barmark/Ballspill	Barmark/Ballspill
14.15 – 14.45	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is	Forberedelse til is
14.45 – 16.00	Isøkt	Isøkt	Isøkt	Isøkt	Isøkt
16.00 – 16.30	Rydde/Dusj	Rydde/Dusj	Rydde/Dusj	Rydde/Dusj	Rydde/Dusj

Gruppeledere:

Harald Lone

Bhavnish Mehta