

Elverum Håndball herrer - Aktivitet februar 2015

Uke: 6	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
	02.02.15	03.02.15	04.02.15	05.02.15	06.02.15	07.02.15	08.02.15
Terningen Arena	kl 16.00 - 18.00	kl 16.00 - 18.00	kl 16.00 - 18.00	kl 16.00 - 18.00	kl 16.00 - 18.00	kl 10.00 - 11.30	Drammen kl 18.00
Styrke/løp	Styrke 1					kl 10.00 - 11.30	
Fysio/oppmann	Roger	Jonny	Roger	Jonny	Jonny	Roger/Jonny	Roger/Jonny
Annet				Elverumshallen	Møte kl 16.00	Kalle aktivitet	
Uke: 7	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
	09.02.15	10.02.15	11.02.15	12.02.15	13.02.15	14.02.15	15.02.15
Terningen Arena	kl 16.00 - 18.00				kl 16.00 - 18.00		
Styrke/løp						4 x 4 intervall	
Fysio/oppmann	Jonny	Roger	Roger		Jonny		
Annet		Møte kl 16.00	Bodø kl 18.00	Fri			Fri
Uke: 8	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
	16.02.15	17.02.15	18.02.15	19.02.15	20.02.15	21.02.15	22.02.15
Terningen Arena	kl 16.00 - 18.00	kl 16.00 - 18.00	kl 16.00 - 18.00	kl 16.00 - 18.00	kl 16.00 - 18.00	kl 10.00 - 11.30	Fyllingen kl 18.00
Styrke/løp	Styrke 3					kl 10.00 - 11.30	
Fysio/oppmann	Jonny	Roger	Jonny	Roger	Roger	Roger/Jonny	Roger/Jonny
Annet					Møte kl 16.00		
Uke: 9	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
	23.02.15	24.02.15	25.02.15	26.02.15	27.02.15	28.02.15	01.03.15
Terningen Arena	kl 16.00 - 18.00	kl 16.00 - 18.00			kl 16.00 - 18.00		
Styrke/løp				Styrke 1		4 x 4 intervall	
Fysio/oppmann	Roger	Jonny	Jonny		Roger		
Annet		Møte kl 16.00	Halden kl 19.00				Fri

Seriekamp hjemme mot Drammen 8 feb kl 18.00
 Seriekamp borte mot Bodø 11 feb kl 18.00
 Seriekamp hjemme mot Fyllingen 22 feb kl 18.00
 Seriekamp borte mot Halden 25 feb kl 19.00

Spiser i TA kl 15.00, fremmøte til kamp kl 16.30.
 Avreise TA kl 08.00, fly kl 10.45, i Bodø kl 12.10, til hotell for å hvile, mat kl 15.00. 12 feb fra Bodø fly kl 10.20, retur Elverum ca kl 14.00
 Spiser i TA kl 15.00, fremmøte til kamp kl 16.30.
 Avreise TA kl 12.00, spiser kl 16.00, i hall kl 17.30, retur Elverum ca kl 01.00

NB: Det kan komme endringer

Kalle aktivitet:

Lørdag 7 feb kl 12.00 - 15.00
 Lørdag 7 feb kl 12.00 - 14.00

Kremmertorget, stå ved EHH shoppen og være hyggelige med folk
 Kremmertorget, to stykker som skal ha dress og dele ut gaver til damer på sentret