

Program for U19 landsholdssamling i Skærbæk 22.-26.10.

**Mandag 22.10.**

13.00 Frokost

15.00 Møde

16.00 – 18.00 Haltræning

19.00 Aftensmad

22.00 Natmad

**Tirsdag 23.10.**

08.00 Morgenmad

10.00 – 12.00 Haltræning

12.30 Frokost

16.00 – 18.00 Fysisk træning

18.00 Aftensmad

20.00 Social aktivitet

22.00 Natmad

**Onsdag 24.10.**

08.00 Morgenmad

10.00 – 12.00 Fysisk træning (yo-yo rest.2 test)

12.30 Frokost

16.00 – 18.00 Haltræning

18.00 Aftensmad

19.30 Forberedelse til herre-A DEN-UKR

21.00 DEN-UKR (TV)

22.00 Natmad

**Torsdag 25.10.**

08.00 Morgenmad

09.15 Opsamling DK – Ukraine

10.00 – 12.00 Haltræning

12.30 Frokost

16.00 – 18.00 Fysisk træning

18.00 Aftensmad

22.00 Natmad

**Fredag 26.10.**

08.00 Morgenmad

10.00 – 11.30 Haltræning

12.30 Frokost og afgang