



Træning til ESK Cup 2024

ALT træning foregår i hal 2

Fredag:

Tid	Træningspas	Deltagere
14.00 - 14.45	Træningspas 1	ESK: Anne-Mette, Thea V, FSF: Matilde Maysfelt, Annabel Bøger, Astrid Møller Carlsen, Alberte Madsen
14.45 - 15.30	Træningspas 2	INGEN TILMELDTE
15.30 – 16.15	Træningspas 3	ESK: Therese, Laura I, Marcus
16.15 – 17.00	Træningspas 4	ESK: Laura B.G, Emilie B.G, Sofia S, Thilde, Evelina, Ayleen, Maja H. HSK: Lara Kanpak, Sophia Mullet, Elanor Asboe-Neukom
17.00 – 17.15	Iskørsel	Iskørsel
17.15 – 18.00	Debs M + Novice M	ESK: Nikoline HSK: Emilie Haslund, Freyja Hougaard ASF: Lilia Yu
18.00 – 18.45	ESK Teenbegynder/ Teenfun	ESK Teenbegynder/ Teenfun
18.45 – 19.30	Junior M + Senior M + Træningspas 5	ESK: Nicole ASF: Dimitri Steffensen, Katrine Eskildsen

Lørdag:

Tid	Træningspas	Deltagere
08.00 – 08.45	Træningspas 6	ESK: Mille W, Emilia H.
08.45 – 09.30	Træningspas 7	ESK: Emma D, Miia, Mille J.
09.30 – 10.15	Træningspas 8	ESK: Ilinca, Amalie HSK: Helena Haslund, Naia Wulff
16.30 – 17.15	Træningspas 9	ESK: Rosa, Valeria, Gabriela ASF: Signe Lykkegaard FSF: Matilde Bregnhøj, Astrid Møller Carlsen
17.15 – 18.00	Cubs M + Springs M	ESK: Elizaveta, Sofiia A, Zlata, Sonja, Sofia F. HSK: Elanor Asboe-Neukom, Emilia Pedersen, Emeli Jensen FSF: Annabel Bøger, Maja Valeur

18.00 – 18.15	Iskørsel	Iskørsel
18.15 – 19.00	Debs M + Novice M	ESK: Nikoline HSK: Emilie Haslund, Freyja Hougaard ASF: Lilia Yu FSF: Karen Trekær Bech, Sara Maya Pruteanu
19.00 – 19.45	Junior M + Senior M	ESK: Nicole ASF: Dimitri Steffensen