



TIDSPLAN FOR TURNTREFF 5. - 7. TRINN

21. OKTOBER 2023

Arr.: Sola Turn

TURNTREFF 5-7.KLASSE				
SOLA TURN				
Tidspunkt	Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3	Gruppe 4
10:00-10:20	Innsjekk			
10:20-10:40	Felles oppvarming			
Økt 1				
10:45:11:15	Basishall 1	Hinderløype	Basishall 2	Lær på stedet
11:15:11:45	Basishall 2	Lær på stedet	Rebusløp	Basishall 1
11:45-12:15	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
12:15-12:45	Lær på stedet	Basishall 1	Hinderløype	Rebusløp
12:45-13:15	Hinderløype	Rebusløp	Lær på stedet	Basishall 2
13:15-13:45	Rebusløp	Basishall 2	Basishall 1	Hinderløype
Økt 2				
13:45-14:00	Basishall 1	Hinderløype	Basishall 2	Lær på stedet
14:00-14:15	Frukt	Frukt	Frukt	Frukt
14:15-14:30	Basishall 2	Lær på stedet	Hinderløype	Basishall 1
14:30-14:45	Lær på stedet	Basishall 2	Basishall 1	Hinderløype
14:45-15:00	Hinderløype	Basishall 1	Lær på stedet	Basishall 2
15:00-15:30	ÅPEN HALL			
15:30-15:45	Felles oppvisning // Lær på stedet			
15:45-16:00	Cooldown			