

## Program läger Karlsnäs

To 30	Fredag 1	Lördag 2	Söndag 3
	<b>Teknik träning 1</b>	<b>Teknik träning 3</b>	<b>Teknik träning 5</b>
	Bräkne hoby Avresa 0915	Röde Mosse CH Avresa 0915	Blinda kontroller HF Löpning till start 09.45
	<b>Teknik träning 2</b>	<b>Teknik träning 4</b>	Lätt joggingpass i grupper
Till Karlsnäs 15.00	Brunnsparken Avresa 13.30	Karlsnäs sydost Löpning till start 13.30	
Natt cup orion Avresa 1630		1800 Planering 2024	