

**Storhamar kunstløp, treningsliste januar 2021**

Mandag 18/1	Tirsdag 19/1	Onsdag 20/1	Torsdag 21/1	Fredag 22/1	Lørdag 23/1	Søndag 24/1
		<p><b>07.00-07.50:</b> Alle</p> <p><b>14.30-15.20:</b> Oppvisning, cubs</p> <p><b>15.20-16.20:</b> Springs, debs, junior, senior, basic</p> <p><b>16.30-17.15:</b> dans Springs, debs, junior, senior, basic</p>	<p><b>14.30-15.20:</b> Aspirant, oppvisning, cubs</p> <p><b>15.20-16.20:</b> Springs, debs, junior, senior, basic</p> <p><b>18.00-18.50:</b> Skøyteskole</p> <p><b>19.00-19.50:</b> Aspiranter + egentrening</p>	<p><b>14.30-15.20:</b> Aspirant, oppvisning, cubs</p> <p><b>15.20.16.20</b> springs, debs, junior, senior, basic</p>	<p><b>15.30-17.30</b> Egentrening</p> <p>Programtrening for de som skal ha nytt løp (avtale gjøres direkte med løperne)</p>	

**Storhamar kunstløp, treningsliste januar 2021**

Mandag 25/1	Tirsdag 26/1	Onsdag 27/1	Torsdag 28/1	Fredag 29/1	Lørdag 30/1	Søndag 31/1
<p><b>14.30-15.20:</b> aspirant, oppvisning, cubs</p> <p><b>15.20-16.20:</b> Springs, debs, junior, senior, basic</p> <p><b>15.30-16.10:</b> dans aspirant, oppvisning, cubs</p>	<p><b>07.00-07.50</b> Egentrening</p> <p><b>14.30-15.20:</b> Aspirant, oppvisning, cubs</p> <p><b>15.20.16.20</b> springs, debs, junior, senior, basic</p> <p><b>16.30-17.15:</b> Barmark alle</p>	<p><b>07.00-07.50:</b> Alle</p> <p><b>14.30-15.20:</b> Oppvisning, cubs</p> <p><b>15.20-16.20:</b> Springs, debs, junior, senior, basic</p> <p><b>16.30-17.15:</b> dans Springs, debs, junior, senior, basic</p>	<p><b>14.30-15.20:</b> Aspirant, oppvisning, cubs</p> <p><b>15.20-16.20:</b> Springs, debs, junior, senior, basic</p> <p><b>18.00-18.50:</b> Skøyteskole</p> <p><b>19.00-19.50:</b> Aspiranter + egentrening</p>	<p><b>14.30-15.20:</b> Aspirant, oppvisning, cubs</p> <p><b>15.20.16.20</b> springs, debs, junior, senior, basic</p>	<p><b>15.30-17.30</b> Egentrening</p> <p>Programtrening for de som skal ha nytt løp (avtale gjøres direkte med løperne)</p>	