

Træningsplan - TSK

15. aug. 2024 - 31. dec. 2024



MANDAG	HOLD	ANTAL	NOTER	TRÆNERE
15.15-16.00	K1/sp+d + Funskate 1			Michael, Cecilie
16.00-16.45	K2 + K1/n+j+s+a			Michael + Cecilie
16.45-17.00	Ny Is			
17.00-18.00	M + K3			Michael
OFF-ICE				
16.15-17.00				
17.15-18.00	K2 + K1/sp+d+n+j+s+a + Funskate 1		Dans	Signe / Franz
18.30-19.30	M + K3 + Funskate 2+3		Dans	Signe / Franz

Træningsplan - TSK

15. aug. 2024 - 31. dec. 2024



TIRSDAG	HOLD	ANTAL	NOTER	TRÆNERE
15.15-16.00	Mini + Funskate 1			Michael + Cecilie
16.00-16.45	K2 + K1//sp+d+n+j+s+a			Michael + 1 træner
16.45-17.15	K2 + K3 + M		Piruetter	Michael + 1 træner
17.15-17.30	Ny Is			
17.30-18.15	M + K3			Michael
18.15-19.00	Funskate 2 + 3			1 træner + Cecilie
OFF-ICE				
16.15-17.00	Mini + Funskate 1			Cecilie
17.30-18.15	K1 + K2			1 træner
18.30-19.15	M + K3			Michael
19.15-20.00	Funskate 2 + Funskate 3			1 træner (eller Annika/Cecilie)

Træningsplan - TSK

15. aug. 2024 - 31. dec. 2024



ONSDAG	HOLD	ANTAL	NOTER	TRÆNERE
15.15-16.00	Mini + Funs skate 1			Michael + Cecilie
16.00-16.45	K2 + K1/sp+d+n+j+s+a			Michael + Annika el. Sigurd
16.45-17.30	Skøjteskole 1 (Hvidt, Rødt, Orange)			Skøjteskole trænere + Michael
17.30-18.15	Skøjteskole 2 (Blåt, Gult, Grønt)			Skøjteskole trænere
18.15-18.30	Ny Is			
18.30-19.15	M + K3 + K3/sport			Michael
19.15-20.00	Funs skate 2 + Funs skate 3			Annika + Cecilie
OFF-ICE				
16.15-17.00	Mini + Funs skate 1			Annika el. Sigurd

Træningsplan - TSK

15. aug. 2024 - 31. dec. 2024



FREDAG	HOLD	ANTAL	NOTER	TRÆNERE
15.45-16.30	K1/sp+d+n+j+s+a			1 træner + Cecilie
16.30-17.15	K3 + K3/sport + M			1 træner
OFF-ICE				
16.45-17.30	K1/sp+d+n+j+s+a			Cecilie
17.30-18.15	K3 + K3/sport + M			1 træner

Træningsplan - TSK

15. aug. 2024 - 31. dec. 2024



LØRDAG	HOLD	ANTAL	NOTER	TRÆNERE
10.15-11.00	K3 + K3/sport + M			Michael
11.00-11.45	K2 + K3 + K3/sport + M		EdgeClass	Michael
11.45-12.30	K2			Michael
12.30-12.45	Ny is			
12.45-13.30	Mini + Funskate 2 + 3			Michael + Annika + Cecilie
13.30-14.15	Skøjteskole 1 (Hvidt, Rødt, Orange)			Skøjteskole trænere + Michael
14.15-15.00	Skøjteskole 2 (Blåt, Gult, Grønt)			Skøjteskole trænere
OFF-ICE				
10.30-11.15	K2			1 træner
11.30-12.15	Funskate 2 + 3			1 træner
12.00-12.45	K3 + K3/Sport + M			1 træner
14.30-15.15	Skøjteskole 1 (Hvidt, Rødt, Orange)			Skøjteskole trænere
15.15-16.00	Skøjteskole 2 (Blåt, Gult, Grønt)			Skøjteskole trænere

Træningsplan - TSK

15. aug. 2024 - 31. dec. 2024



SØNDAG	HOLD	ANTAL	NOTER	TRÆNERE
12.15-13.00	(København)			Michael
13.00-13.45	(København)			Michael
13.45-14.00	Ny is			
14.00-14.45	K3 + K3/sport + M			Michael
14.45-15.30	K2			Michael
15.30-16.15	K1/sp+d+n+j+s+a			Michael
-				
21.30-22.30	Voksenholdet			Cecilie
OFF-ICE				
15.00-15.45	K3 + M			1 træner

Træningsplan - TSK

15. aug. 2024 - 31. dec. 2024



HOLD	K + M LØBERE
K1/Sp	Kayla (SpK1*)
K1/D	Ida-Marie (spK1)
K1/N	Zoe (nK1), Laura (nK1), Emilie (nK1), Theo (nK1*)
K1/J	Benedikte (jK1), Livia (jK1), Frigga (nK1), Clara (nK1)
K1/S	Mie Laura Bech (sK1), Mathilde B. J. (sK1)
K1/A	Pia (aK1)
K2	Nellie (dK2), Katrin (nK2), Miklas (nK2*), Liza (nK2), Sigrid (jK2)
K3/Sport	Frederique
K3	Melina (nK3), Nadia (jK3), Perle (jK3), Cecilie (sK2)
M	Sally (spM), Cataleya (spM), Isabel (nM), Riley (nM), Sigurd (jM), Victoria (jM), Annika (sM)

Træningsplan - TSK

15. aug. 2024 - 31. dec. 2024



HOLD	MINI + FUNSKATE LØBERE
MINI	Ida Johanne, Selina, Bjørk, Madeleine, Elva, Sofie
FUNSKATE 1	Maya, Esther, Filippa, Lily, Lea, Marie, Katrine, Idamarie, Holly
FUNSKATE 2	Peter Viggo, Maja Siri, Victoria. Q, Emilie L., Nikoline D., Nikoline G., Lærke, Sascha, Hannah
FUNSKATE 3	Asta, Mathilde L., Nynne, Smilla, Victoria A., Mille

Træningsplan - TSK

15. aug. 2024 - 31. dec. 2024



RÆKKER	KONKURRENCE RÆKKER, K + M LØBERE
SPRINGS K1	Kayla
DEBS K1	Ida-Marie
Debs K2	Nellie
NOVICE K1	Laura, Zoe, Miklas*, Theo*
NOVICE K2	Katrin, Liza
NOVICE K3	Melina
JUNIOR K1 + K2	K1 = Benedikte, Livia, Frigga, Clara K2 = Sigrid
JUNIOR K3	Perle, Nadia
SENIOR K1	Mathilde, Mie Laura
Adults K1	Pia
SENIOR K2	Cecilie
SPRINGS M	Sally, Cataleya
NOVICE M	Isabel, Riley
JUNIOR M	Sigurd, Victoria
SENIOR M	Annika