



Go4Gold

2015

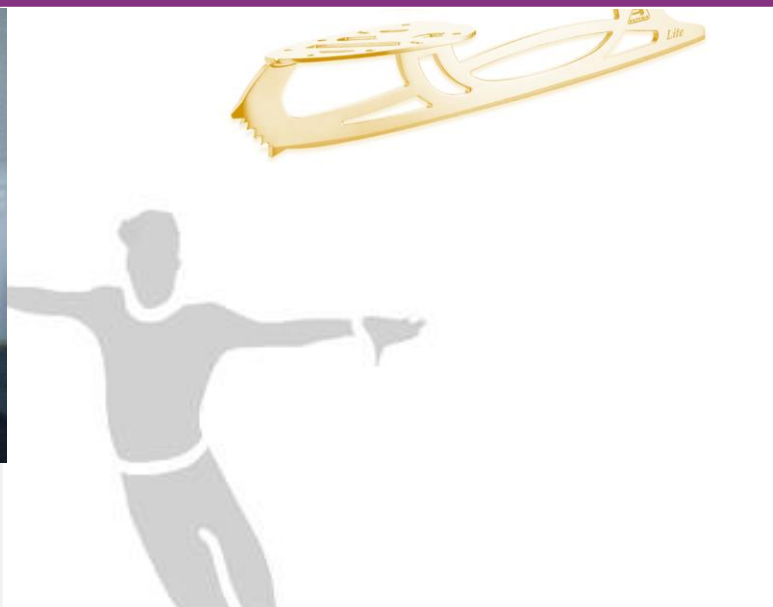


Figure Skating Passion

schaatsschool Sylvia Holtes

organiseert

Go4Gold - 2015

Locatie:



de nieuwe

IJSTEDENHAL

te Leeuwarden

10 t/m 14 augustus 2015

Weekschema maandag t/m vrijdag

	TRAININGSTIJD		GROEP
DWEIL	12.00 - 13.00	IJSTRAINING	A - B
DWEIL	13.15 - 14.15	IJSTRAINING	C
	13.15 - 14.00	OFF ICE	A - B
	14.00 - 15.00	LATE LUNCH	ALLEN
	15.15 - 16.00	DANS / BALANS	A - B - C
DWEIL	16.15 - 17.15	IJSTRAINING	A - B

Voor iedere ijstraining: 20 minuten zelfstandig Warm Up

Na iedere ijstraining: 15 minuten zelfstandig Stretchen



info@figureskatingpassion.nl