

# KVIK CAMP 2018

## UGEPLAN GRUPPE 2A

| Uge 32        | Mandag                 | Tirsdag                | Onsdag   | Torsdag          | Fredag                       |
|---------------|------------------------|------------------------|--|------------------|------------------------------|
| 08.00 - 08.30 | Velkomst               | Teknik                 | Strand<br><br>1. Leg og stafetter<br>2. Livredning<br>3. Frokost<br>4. Vandtid<br>5. Leg og afslutning | Glidebane        | Tema -<br>kampen for klubben |
| 08.30 - 09.00 | Navnelege og intro     |                        |  |                  |                              |
| 09.00 - 09.30 |                        |                        |  | 10'er mad        | 10'er mad                    |
| 09.30 - 10.00 |                        |                        |  |                  |                              |
| 10.00 - 10.30 | 10'er mad              | 10'er mad              |  | Distancesvømning | Tema -<br>kampen for klubben |
| 10.30 - 11.00 | Stafetter og fangeleg  | Boldspil               |  |                  |                              |
| 11.00 - 11.30 |                        |                        |  |                  | Frokost                      |
| 11.30 - 12.00 | Teknik                 | Livredning og vandpolo |  | Frokost          |                              |
| 12.00 - 12.30 |                        |                        |  |                  |                              |
| 12.30 - 13.00 |                        |                        |  | Boldspil         | Tema -<br>kampen for klubben |
| 13.00 - 13.30 |                        |                        |  |                  |                              |
| 13.30 - 14.00 |                        |                        |  | Frukt            | Frukt                        |
| 14.00 - 14.30 | Higlander og tumlelege | Fangelege              |  |                  |                              |
| 14.30 - 15.00 |                        |                        |  | Frukt            | Frukt                        |

# KVIK CAMP 2018

## UGEPLAN GRUPPE 2B

| Uge 32        | Mandag                 | Tirsdag   | Onsdag   | Torsdag                | Fredag                       |
|---------------|------------------------|-----------|--|------------------------|------------------------------|
| 08.00 - 08.30 | Velkomst               | Boldspil  | Strand<br><br>1. Leg og stafetter<br>2. Livredning<br>3. Frokost<br>4. Vandtid<br>5. Leg og afslutning | Glidebane              | Tema -<br>kampen for klubben |
| 08.30 - 09.00 | Navnelege og intro     |           |  |                        |                              |
| 09.00 - 09.30 |                        | 10'er mad |  | 10'er mad              |                              |
| 09.30 - 10.00 |                        |           |  |                        |                              |
| 10.00 - 10.30 | 10'er mad              | Teknik    |  | Distancesvømning       | Tema -<br>kampen for klubben |
| 10.30 - 11.00 | Stafetter og fangeleg  |           |  |                        |                              |
| 11.00 - 11.30 |                        |           |  |                        |                              |
| 11.30 - 12.00 | Frokost                | Frokost   |  | Frokost                | Frokost                      |
| 12.00 - 12.30 | Teknik                 | Fangelege |  |                        | Frokost                      |
| 12.30 - 13.00 |                        |           |  |                        |                              |
| 13.00 - 13.30 |                        | Frugt     |  | Livredning og vandpolo | Boldspil                     |
| 13.30 - 14.00 |                        |           |  |                        |                              |
| 14.00 - 14.30 | Higlander og tumlelege | Frugt     |  | Fælles lege            | Fælles leg                   |
| 14.30 - 15.00 |                        |           |  |                        |                              |