

AKTIVITETSSCHEMA - PORTUGAL 2017

SÖNDAG 24.9				MÅNDAG 25.9				TISDAG 26.9			
08:30-09:30	Frukost	Matsalen	Alla	07:30-08:15	Stavgång/yoga	Stranden/Träningslokalen	Alla	07:30-08:15	Stavgång/yoga	Stranden/Träningslokalen	Alla
09:30-10:15	Välkomstmöte + rundvandring	Stora konferensen	Alla	08:30-09:30	Frukost	Matsalen	Alla	08:30-09:30	Frukost	Matsalen	Alla
10:45-12:45	SPEED DATING	Hotellet	Deltagare	09:45-10:45	DANS	Lilla konferensen	Deltagare	09:45-10:45	DANS	Lilla konferensen	Deltagare
12:45-13:45	Lunch	Matsalen	Alla		TEATER	Stora konferensen	Deltagare		TEATER	Stora konferensen	Deltagare
13:45-14:45	DANS	Lilla konferensen	Deltagare		MUSIK	Baren	Deltagare		MUSIK	Baren	Deltagare
	TEATER	Stora konferensen	Deltagare								
	MUSIK	Baren	Deltagare	10:45-11:15	Rast			10:45-11:15	Rast		
14:45-15:15	Rast			11:15-12:15	DANS	Lilla konferensen	Deltagare	11:15-12:15	DANS	Lilla konferensen	Deltagare
15:15-16:15	DANS	Lilla konferensen	Deltagare		TEATER	Stora konferensen	Deltagare		TEATER	Stora konferensen	Deltagare
	TEATER	Stora konferensen	Deltagare		MUSIK	Baren	Deltagare		MUSIK	Baren	Deltagare
	MUSIK	Baren	Deltagare	12:30-13:30	Lunch	Matsalen	Alla	12:30-13:30	Lunch	Matsalen	Alla
17:00-18:00	Träningsaktiviteter		Alla	15:00-16:00	Träningsaktiviteter		Alla	15:00-18:00	Träningsaktiviteter		Alla
18:45-20:00	Middag	Matsalen	Alla	16:00	After Workout	Stranden	Alla	18:45-20:00	Middag	Matsalen	Alla
20:30-21:30	Mingel/öppen scen	Baren	Alla	18:45-20:00	Middag	Matsalen	Alla	20:00-21:30	Musik Quiz	Stora konferensen	Alla
				20:00-21:00	Föreläsning/anhörigkväll med tema: Kost & Träning	Stora konferensen	Anhöriga				
ONSDAG 27.9				TORSDAG 28.9				FREDAG 29.9			
07:30-08:15	Stavgång/yoga	Stranden/Träningslokalen	Alla	08:45-09:30	Frukost	Matsal	Alla	07:30-08:15	Stavgång/yoga	Stranden/Träningslokalen	Alla
08:45-09:30	Frukost	Matsalen	Alla	10:30-12:30	Träningsaktiviteter		Alla	08:45-09:30	Frukost	Matsalen	Alla
09:45-10:45	GENREP	Lilla konferensen	Deltagare	12:30-13:30	Lunch	Matsalen	Alla	11:00-12:00	Träningsaktiviteter		Alla
	GENREP	Stora konferensen	Deltagare	13:30-14:30	Föreläsning: Hälsa och Kost	Stora konferensen	Alla	12:30-13:30	Lunch	Matsalen	Alla
	GENREP	Baren	Deltagare	15:00	Pricka Tiden Loppet			14:30-15:30	Mästarnas mästare	Stranden	Alla
10:45-11:15	Rast			16:30	After Workout	Stranden		17:00	Prisutdelning och bildvisning	Stora Konferensen	Alla
11:15-12:15	GENREP	Lilla konferensen	Deltagare	18:45-20:00	Middag	Matsalen	Alla	18.30 - 20.00	Middag	Matsalen	Alla
	GENREP	Stora konferensen	Deltagare	20:00	God natt Yoga/Massage	Träningslokalen	Alla	20,00	Discokväll med fullt ös	Baren	Alla
	GENREP	Baren	Deltagare								
			Alla								
12:30-13:30	Lunch	Matsalen	Alla								
	GENREP										
	GENREP										
	GENREP										
18:30-19:30	Företällning	Castro Marim	Alla								
20:00	Middag	Matsalen	Alla								
								LÖRDAG 30.9			
								08:45-09:30	Frukost	Matsalen	Alla
								10:00	Träningsaktiviteter		Alla
								16:00	Avresa till Arlanda & Kastrup		