

## Prepp- og treningstider hurtigløp Valle Hovin 2024

### Mandag:

Publikum tillatt med kølle	11.00-18.00
Prepp	15.30-16.00
Prepp	18.00-18.30
Bandy	18.30-22.00

### Tirsdag:

<b>Høvledag</b>	<b>07.00-14.00</b>
Publikum uten kølle	14.00-22.00 - sette ut tau og kjebler

Hurtigløp	14.00-22.00
Prepp	13.45-14.00
Prepp	16.00-16.15
Prepp	18.30-18.45
Prepp	20.15-20.30

LIK-Mila hurtigløp	20.30-22.00
--------------------	-------------

Prepp	17.15-17.30
Hurtigløp	17.30-19.45
Prepp	18.30-18.45

### Onsdag:

Publikum uten kølle	10.00-22.00
---------------------	-------------

Hurtigløp	10.00-16.45
Prepping	16.45-17.00 - sette ut tau og kjebler

OBIK - løp	17.00-19.00
------------	-------------

Publikum med kølle	20.00-22.00
--------------------	-------------

### Torsdag:

Publikum uten kølle	12.00-20.30 - sette ut tau og kjebler
---------------------	---------------------------------------

Hurtigløp	10.00-18.45
Prepp	13.45-14.00
Hurtigløp	14.00-15.45
Prepp	16.00-16.15
Hurtigløp	16.15-17.15
Prepp	17.15-17.30
Hurtigløp	17.30-18.45

Prepp	18.45-19.00
Ispigg	19.00-20.15
Prepp	20.15-20.45
Publikum med køller	20.45-22.00

**Fredag:**

Publikum uten kølle	10.00-20.00 - sette ut tau og kjepler
Hurtigløp	10.00-20.00
Prepp	13.30-13.45

**Lørdag**

Publikum uten kølle	10.00-17.00 - sette ut tau og kjepler
Hurtigløp	10.00-14.00
Prepp	09.45-10.00
Hurtigløp	10.00-12.00
Prepp	12.00-12.15
Hurtigløp	12.15-14.00

**Søndag:**

Publikum uten kølle	10.00-16 - sette ut tau og kjepler
Hurtigløp	10.00-14.00
Prepp	12.00-12.15
Hurtigløp	12.15-14.00