



GOALIEWEEK 2026



Mån 20/7	Arvid Söderblom	Erik Portillo	Niklas Rubín
0800-0830			
0830-0900			
0900-0930			
0930-1000	1000 Inskrivning stora entrén Kungälv ishall		
1000-1030	1030 Teori		
1030-1100	1115-1230 Ispass		
1100-1130			
1130-1200			
1200-1230			
1230-1300		1230 Lunch	1230 Lunch
1300-1330			
1330-1400	1330 Lunch		
1400-1430			1400-1515 Ispass
1430-1500			
1500-1530			
1530-1600		1530-1645 Ispass	
1600-1630			
1630-1700			1600 Middag
1700-1730			
1730-1800	1700-1815 Ispass		
1800-1830		1700 Middag	
1830-1900			
1900-1930	1830 Middag		

Tis-Tors	Arvid Söderblom	Erik Portillo	Niklas Rubín
0800-0830			
0830-0900			0800-0915 Ispass
0900-0930	0900-1000 Teori		
0930-1000		0930-1045 Ispass	
1000-1030			1000-1100 Teori
1030-1100			
1100-1130	1100-1215 Ispass		
1130-1200		1130-1230 Teori	
1200-1230			1200-1300 Lunch
1230-1300	1230-1300 Lunch		
1300-1330		1300-1400 Lunch	
1330-1400			
1400-1430			1330-1445 Ispass
1430-1500	1400-1530 Fys		
1500-1530		1500-1615 Ispass	
1530-1600			1530-1700 Fys
1600-1630			
1630-1700	1630-1745 Ispass		1715 Middag
1700-1730		1700-1830 Fys	
1730-1800			
1800-1830	1800 Middag		
1830-1900		1845 Middag	
1900-1930			

Fre 24/7	Arvid Söderblom	Erik Portillo	Niklas Rubín
0800-0830			
0830-0900			0800-0915 Ispass
0900-0930			
0930-1000		0930-1045 Ispass	städä omklädningsrum
1000-1030			
1030-1100	1100-1215 Ispass		1030 Lunch
1100-1130		städä omklädningsrum	
1130-1200			
1200-1230	städä omklädningsrum	1130 Lunch	
1230-1300			
1300-1330	1230 Lunch		
1330-1400			

	teori	fys
Mån	info	
Tis	analytics	yoga
Ons	game situations	yoga
Tors	mind	yoga
Fre		

tema is	förmiddag	eftermiddag
Mån	get started	basics
Tis	position	footwork
Ons	workout	playbook
Tors	playbook	playbook
Fre	control	

