

Schema Elite Experience 2026

Onsdag

	Grupp 1	Grupp 2	Grupp 3	Grupp 4	Grupp 5		Grupp 6
	Miniorer, födda 2017-2019	Miniorer, födda 2015-2016	Kadetter och Juniorer, nybörjare	Kadetter, avancerade	Juniorer, avancerade	Seniorer, samtliga	Poomsae
10:30	10:30-11:00 VARMT VÄLKOMNA TILL ELITE EXPERIENCE 2026, Information och Presentation av Instruktorer						
11:00	11:00-12:00 Träning, Matta 2 Otto H. Jørgensen & Tobias Hyttel		11:00-12:30 Träning, Matta 3 Elin Johansson			11:00-12:30 Träning, Matta 1 Laban Frederiksen	
11:30					11:30-12:00 Lunch		
12:00				11:45-12:15 Lunch			
12:30	12:15-12:45 Lunch						
13:00			12:45-13:15 Lunch			12:45-13:15 Lunch	
13:30	13:30-14:30 Träning, Matta 1 Elin Johansson			13:00-14:15 Träning, Matta 2 Tobias Hyttel	13:00-14:30 Träning, Matta 3 Otto H. Jørgensen		
14:00							
14:30		14:30-15:30 Träning, Matta 2 Otto H. Jørgensen	14:30-15:30 Träning, Matta 3 Tobias Hyttel			14:30-15:45 Träning, Matta 1 Laban Frederiksen	
15:00							
15:30				15:45-17:00 Träning, Matta 2 Otto H. Jørgensen	15:30-17:00 Träning, Matta 3 Elin Johansson		
16:00							
16:30							
17:00	17:00-17:30 Middag						

Torsdag

	Grupp 1	Grupp 2	Grupp 3	Grupp 4	Grupp 5		Grupp 6
	Miniorer, 6-9 år	Miniorer, 10-11 år	Kadetter och Juniorer, nybörjare	Kadetter, avancerade	Juniorer, avancerade	Seniorer, samtliga	Poomsae
09:00			09:00-10:30 Träning, Matta 1 Otto H. Jørgensen	09:00-10:30 Träning, Matta 2 Elin Johansson	09:00-10:30 Träning, Matta 3 Tobias Hyttel		
09:30							
10:00							
10:30	10:45-11:45 Träning, Matta 3 Tobias Hyttel	10:45-11:45 Träning, Matta 2 Elin Johansson					10:30-11:45 Träning, Matta 1 Laban Frederiksen
11:00							
11:30			11:30-12:00 Lunch				
12:00	12:00-12:30 Lunch						12:00-12:30 Lunch
12:30			12:30-13:45 Träning, Matta 2 Elin Johansson	12:30-13:45 Träning, Matta 3 Otto H. Jørgensen & Tobias Hyttel			12:45-13:45 Träning, Matta 1 Laban Frederiksen
13:00	SUMMER MOVE						
13:30							
14:00			14:00-15:30 Föreläsning, Prestationsångest & tävlingsnervositet Johanna Nordin, Leg. Psykolog, specialiserad inom Idrottsmedicin				
14:30	14:30-15:30 Träning, Matta 2 Otto H. Jørgensen	14:30-15:30 Träning, Matta 3 Tobias Hyttel					
15:00							
15:30			15:45-17:00 Träning, Matta 3 Otto H. Jørgensen & Tobias Hyttel		15:45-17:00 Träning, Matta 2 Elin Johansson	15:30-17:00 Träning, Matta 1 Laban Frederiksen	
16:00							
16:30							
17:00	17:00-17:30 Middag						

19:00-20:30 Gemensam social aktivitet!

Fredag

	Grupp 1	Grupp 2	Grupp 3	Grupp 4	Grupp 5	Grupp 6
	Miniorer, 6-9 år	Miniorer, 10-11 år	Kadetter och Juniorer, nybörjare	Kadetter, avancerade	Juniorer, avancerade Seniorer, samtliga	Poomsae
09:00	09:00-10:00 Träning, Matta 2	09:00-10:00 Träning, Matta 3				09:00-10:00 Träning, Matta 1
09:30	Tobias Hyttel	Elin Johansson				Laban Frederiksen
10:00			10:00-11:30 Träning, Matta 1			
10:30			Tobias Hyttel	10:30-12:00 Träning, Matta 2	10:30-12:00 Träning, Matta 3	
11:00				Otto H. Jørgensen	Elin Johansson	
11:30	11:15-11:45 Lunch					
12:00	12:00-12:45 Poomsae-träning, Matta 1		11:45-12:15 Lunch			11:45-12:15 Lunch
12:30	Laban Frederiksen			12:15-12:45 Lunch		
13:00			12:45-13:45 Träning, Matta 2			13:00-14:30 Träning, Matta 1
13:30	13:15-14:00 Träning, Matta 3		Elin Johansson			Laban Frederiksen
	Otto H. Jørgensen & Tobias Hyttel					
14:00				14:15-15:15 Träning, Matta 2	14:00-15:30 Träning, Matta 3	
14:30				Elin Johansson	Tobias Hyttel	
15:00			15:15-16:15 Träning, Matta 2			15:30-16:30 Träning, Matta 1
15:30			Otto H. Jørgensen			Laban Frederiksen
16:00						
16:30	16:30-17:00 Middag			16:30-17:30 Träning, Matta 2	16:30-17:30 Träning, Matta 3	16:45-17:15 Middag
17:00				Tobias Hyttel	Otto H. Jørgensen	
				17:30-18:00 Middag		

19:00-20:30 Seminarium med Laban Frederiksen! Regler, domarens roll, coachens roll, spelarens roll.. Och säkert en massa annat viktigt!

Lördag

	Grupp 1	Grupp 2	Grupp 3	Grupp 4	Grupp 5		Grupp 6
	Miniorer, 6-9 år	Miniorer, 10-11 år	Kadetter och Juniorer, nybörjare	Kadetter, avancerade	Juniorer, avancerade	Seniorer, samtliga	Poomsae
09:00			09:15-10:45 Träning, Matta 1 Tobias Hyttel				
09:30				09:30-11:00 Träning, Matta 3 Otto H. Jørgensen	09:30-11:00Träning, Matta 2 Elin Johansson		
10:00							
10:30							
11:00	11:00-12:00 Träning, Matta 2	11:00-12:00 Träning, Matta 3				10:45-12:00 Träning, Matta 1 Laban Frederiksen	
11:30	Elin Johansson	Otto H. Jørgensen & Tobas Hyttel					
12:00			11:45-12:15 Lunch				12:00-12:30 Lunch
	12:15-12:45 Lunch						
12:30			12:30-14:00 Föreläsning, Kost för prestation Patricia "Pyri" Badh, Leg. Dietist och Idrottsnutritionsrådgivare				
13:00	13:00-14:00 Filmmys						
13:30							
14:00							
14:30	14:30-15:30 Träning, Matta 3	14:30-15:30 Träning, Matta 2				14:30-15:30 Träning, Matta 1 Laban Frederiksen	
15:00	Otto H. Jørgensen & Tobias Hyttel	Elin Johansson					
15:30			15:30-17:00 Träning, Matta 1 Elin Johansson	15:30-17:00 Träning, Matta 2 Tobias Hyttel	15:30-17:00 Träning, Matta 3 Otto H. Jørgensen		
16:00							
16:30							
17:00	17:00-17:30 Middag						

Söndag

	Grupp 1	Grupp 2	Grupp 3	Grupp 4	Grupp 5		Grupp 6
	Miniorer, 6-9 år	Miniorer, 10-11 år	Kadetter och Juniorer, nybörjare	Kadetter, avancerade	Juniorer, avancerade	Seniorer, samtliga	Poomsae
09:00							
09:30	09:30-10:30 Träning, Matta 2 Elin Johansson	09:30-10:30 Träning, Matta 1 Tobias Hyttel	09:30-10:30 Träning, Matta 3 Otto H. Jørgensen				
10:00							
10:30				10:30-11:30 Träning, Matta 2 Elin Johansson	10:30-11:30 Träning, Matta 3 Tobias Hyttel	10:00-12:00 Träning, Matta 1 Laban Frederiksen	
11:00	11:15-12:45 Lunch						
11:30			11:30-12:00 Lunch	11:45-12:15 Lunch			
12:00	12:00-13:15 Daedo-sparring, Matta 3 Elin Johansson, Otto H. Jørgensen & Tobias Hyttel						
12:30						12:15-12:45 Lunch	
13:00							
13:30					13:15-16:00 Daedo-sparring, Matta 3 Elin Johansson, Otto H. Jørgensen, Tobias Hyttel & Laban Frederiksen		
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	ELITE EXPERIENCE ÄR SLUT FÖR I ÅR! Hoppas vi ses igen 2027!!						
16:30	1600-16:45 Middag						
17:00							