Program

RG-FORUM 2026

FÖR TRÄNARE

LÖRDAG 7 MARS

	11.00-12.30	Registrering i huvudentrén
○	**11.30-12.30**	Lunch
●	**12.30-13.00**	Gemensamt intro
	13.00-13.15	Förflyttning
●	**13.15-15.00**	Smart träning, stora resultat med Katja Kleinveldt
	15.00-15.30	Fikapaus och incheckning på plan 2 samt i huvudentrén
●	**15.30-16.25**	Artisteri med Alva Svennbeck
	16.25-16.35	Kort paus
●	**16.35-17.30**	Koreografi med Alva Svennbeck
○	**17.30-18.45**	Middag
●	**18.45-19.45**	Gemensamt pass
	19.45	Socialt umgänge

- ● Melodifestivalen-häng
  Baren i Mästarvillan är öppen

SÖNDAG 8 MARS

○	**07.30-09.00**	Frukost
●	**08.45-10.00**	Styrka och individanpassad stretch med Petra Källman Navier och Elisabeth Cupr
	10.15-10.45	Fikapaus och utcheckning på plan 2 samt i Bosöns reception
●	**10.45-11.45**	Trupp/tillväxt med Malin Hed
○	**11.45-12.45**	Lunch
●	**12.45-13.45**	Hur vill vi tävla med Louise Nordenberg
	13.45-14.00	Förflyttning
●	**14.00-14.30**	Gemensamt avslut
	14.30	Programmet slut, eftermiddagsfika utanför Olympiahörsalen

LOKALER

○ Olympiamatsalen ● Olympiahörsalen ● Lokal Seoul 1998 (plan 2) ● Framgångshallen