

**Træning i forbindelse med Pingvin Cup  
fredag d. 20. marts 2026**

*Alle grupper starter med 5 min opvarmning, hvorefter hver løber får 5 min til gennemløb af program. Mellem kl. 19:30 og 20:00 er der fri træning for alle de i skemaet nævnte løbere, der har lyst til at øve ekstra på enkelte elementer.*

Navn		Tid	Klub
Lykke	Nørskov	16.00 - 16:35	Gladsaxe (GSF)
Elena	Batbayli	16.00 - 16:35	Gladsaxe (GSF)
Liva	Østerlyng	16.00 - 16:35	Gladsaxe (GSF)
Emilia	Vogt	16.00 - 16:35	Gladsaxe (GSF)
Sofie Hauge	Berg	16.00 - 16:35	Gladsaxe (GSF)
Celina Sedenø Saust	Jensen	16.00 - 16:35	Gladsaxe (GSF)
Luna	Askø Andersen	16.35 - 17.05	Gladsaxe (GSF)
Lana	Kuljic	16.35 - 17.05	Gladsaxe (GSF)
Andrea	Fullov-Gantriis	16.35 - 17.05	Gladsaxe (GSF)
Flora	Barfod-Kjær	16.35 - 17.05	Gladsaxe (GSF)
Danni	Yin	16.35 - 17.05	Gladsaxe (GSF)
Ella	Gjesten	17.05 - 17.35	Gladsaxe (GSF)
Ena	Ejupovic	17.05 - 17.35	Gladsaxe (GSF)
Leonora	Holboe Toftegaard	17.05 - 17.35	Gladsaxe (GSF)
Maja	Jakobsen	17.05 - 17.35	Gladsaxe (GSF)
Vaani	Daga	17.05 - 17.35	Gladsaxe (GSF)

**Iskørsel  
17.35 - 17.50**

Lani	Passmore	17.50 - 18.20	Gladsaxe (GSF)
Rose	Lehn-Schiøler	17.50 - 18.20	Gladsaxe (GSF)
Roseline	Gerritsen	17.50 - 18.20	Gladsaxe (GSF)
Nathalia	Veiga	17.50 - 18.20	Gladsaxe (GSF)
Freya	Sandbeck	17.50 - 18.20	Gladsaxe (GSF)
Karoline	Olesen	18.20-18.55	Silkeborg (SSF)
Sophie	Høeg	18.20-18.55	Silkeborg (SSF)
Alberte	Overgaard	18.20-18.55	Silkeborg (SSF)
Olivia Colding	Klitgaard	18.20-18.55	Aalborg (ASF)
Ellen	Mejholm	18.20-18.55	Aalborg (ASF)
Charlie Alexander Bach	Christiansen	18.20-18.55	Aalborg (ASF)
Alberte	Hede Sørensen	18.55 - 19.30	Aalborg (ASF)
Andrea	Hede Sørensen	18.55 - 19.30	Aalborg (ASF)
Astrid	Vinther	18.55 - 19.30	Aalborg (ASF)
Nora Balslev	Olsen	18.55 - 19.30	Aalborg (ASF)
Sofie	Lynge	18.55 - 19.30	Aalborg (ASF)
Sara Björk	Pedersen	18.55 - 19.30	Odense (OSK)

**Fri træning  
Alle ovennævnte løbere  
19.30 - 20.00**

