

TRÆNINGSPLAN FOR KUNSTSTOFBANEN UGE 45 -->

Mandag uge 45				Tirsdag uge 45				Onsdag uge 45				Torsdag uge 45				Fredag uge 45			
½ 11 bane				½ 11 bane				½ 11 bane				½ 11 bane				½ 11 bane			
06.00-07.30	U15H2	U14H2	7 bane	06.00-07.30				06.00-07.30				06.00-07.30				06.00-07.30			
15.15-16.30	LAB	GÅF	FCP	15.15-16.30				15.15-16.30	MOVE			15.15-16.30			FCP	15.15-16.30			
16.30-17.45	U11P/U12P/U13P	U13H1-2-3-4	U14P/U15P	16.30-17.45	U11H/U12H	U7H/U9H/U10H		16.30-17.45	U10P/U11P/U12P/U13P	U13H2-3-4	U8H	16.30-17.45	U11H/U12H	U13H1/U14H1	U14P/U15P	16.30-17.45	U17H1/U19H1	U13H2-3-4	U16H1
17.45-19.00	U17H1/U19H1	U14H1-3-4	U16P	17.45-19.00	U16P/U19P	U15H1-3-4/U17H3		17.45-19.00	U14H2-3-4	U16P	U14P/U15P	17.45-19.00	D2/U19P	U15H2-3-4	U19H3-4	17.45-19.00	U15H1-2-3-4	U14H2-3-4	U17H2
19.00-20.30	H1	D1/D2	U17P	19.00-20.30	H1	U19H2/U17H2/U16H1		19.00-20.30	D1	U17P1	H2	19.00-20.30	H1	U19H1/U17H1	U17H2/U19H2	19.00-20.15	U19H3-4		
20.30-22.00	U19H2/H9	H2	FF	20.30-22.00	H4/H7	U19H3-4/H3		20.30-22.00	OB	OB	H9	20.30-22.00	H4/H7	H3	H5				

H1	KP	H5	Julius
H2	Jonas	H7	Klaus
H3	Jesper	H9	Sofus
H4	Laurits		

Lørdag uge 45				Søndag uge 45			
½ 11 bane				½ 11 bane			
9.00-10.30	OB	OB	U6P/U7P/U8P/U9P	9.00-10.30			U6H

NB: Jeg tager forbehold for trykfejl eller mangler

Goal station - Fredensvang - Mandag	
17.30-18.55	

Hasselager - Fredag			
½ 11 bane			
17.00-18.30	U19P	U16P	

Ellekær - Mandag				Ellekær - Tirsdag				Ellekær - Onsdag				Ellekær - Torsdag				Ellekær - Fredag			
½ 11 bane				½ 11 bane				½ 11 bane				½ 11 bane				½ 11 bane			
16.00-17.30				16.00-17.30	U19H1	U17H1		16.00-17.30				16.00-17.30	U16H1	U15H1		16.00-17.30			
17.30-19.00	U19P							17.30-19.00								17.30-19.00			

NB: Jeg tager forbehold for trykfejl eller mangler

INDENDØRS - LYSENG HALLEN									
Mandag		Onsdag		Fredag		Søndag			
15.00-16.00	FC Prostata	16.00-17.30	U6 Dreng	16.00-18.00	U8 Dreng	9.00 - 11.00	Kids		
16.00-17.00	U6-U7 Piger	17.30-19.00	U9 Dreng			11.00 - 13.00	U7 drenge		
17.00-18.30	U8-U9 Piger					13.00 - 15.00	U10 Dreng		

INDENDØRS - ÅRHUS EFTERSKOLE									
Mandag			Tirsdag						
17.30-18.30	U10 Piger		17.30-18.30	U15 Dreng 2					
18.30-20.00	(drenge)		18.30-20.00	(piger)					

NB: der tages forbehold for trykfejl eller mangler