

Træningsplan 2024-2025

Damer **Herre**

Mandag					
Tid	Arena A	Tid	Arena B	Tid	SuperBrugsen Hallen
16.30-18.00	Tars - U19 1 + U19 2	16.30-18.00	Tars - U17 1 + U17 2	16.30-18.00	U11
18.00-19.30	U15	18.00-19.30		18.00-19.30	U13
19.30-21.00	Senior	19.30-20.30	5 a side	20.00-22.00	VOLLEY

Tirsdag							
Tid	Arena A	Tid	Arena B	Tid	SuperBrugsen Hallen	Tid	Rækker 2
15.30-16.30	Special OL	15.30-16.30	Special OL	16.30-17.30	U9 16.30-17.30	18.00-20.00	2. div + U19 1
16.30-18.00	U8	16.30-18.00	U13	17.30-19.00	U11 17.30-19.00		
18.00-20.00	U15,U17 & U19	18.00-20.00	U15	19.00-20.00	kamp		
20.00-21.30	U19 2 + U17 1	20.00-21.30	U17 3 + U17 2	20.00-21.30	Senior		

Onsdag					
Tid	Arena A	Tid	Arena B	Tid	SuperBrugsen Hallen
16.30-17.30	U6+7 MIX	16.30-17.30	U8+9		Badminton
17.30-19.00		17.30-19.00	U13		
19.00-20.30	EKSTRA TID	19.00-20.30	EKSTRA TID		

Torsdag									
Tid	Arena A	Tid	Arena B	Tid	SuperBrugsen Hallen	Tid	Rækker 1	Tid	Dejbjerg
16.30-18.00	U11	16.30-18.00	U9		U11	19.30-21.00	U19 2 + U19 Rækker	18.15-19.45	U17 + U15
18.00-19.30	U13	18.00-19.30	U19	17.45-19.15	U19 1 + 2. div Rækker			19.45-21.15	U17 3 + U15 1 Dejbjerg
20.00-21.45	Senior	19.30-21.00	Senior	19.15-21.00	U17 1 + U17 2				

Fredag					
Tid	Arena A	Tid	Arena B	Tid	SuperBrugsen Hallen
15.00-16.30	Tars - U19 1 + U17 1	15.00-16.30	Tars - U19 2 + U17 2		
16.30-18.00	U15				

Lørdag							
				Tid	SuperBrugsen Hallen		Hal 2
				9.30-10-15	Lykkeliga		Trille ??