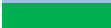


Träningsider Gräs 2026

MÅNDAG	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
15.30 - 17.00					
17.00 - 18.00	P16 + F16				
17.00 - 18.15		F11	F13	P16	P17
17.00 - 18.30					
18.00 - 19.30	Dam + DU				
18.15 - 19.30		HJ	P13	F16	
18.30 - 19.45					
19.30 - 21.00	Herr + HU	F10	F12		
19.45 - 21.00					
21.00 - 22.00					

Omk.l.rum Färg

- 1 
- 2 
- 3 
- 4 
- 5 

Herr 

TISDAG	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
16.00 - 17.00					
17.00 - 18.00	F15 + P15				
17.00 - 18.15		F14	F12	F15	P18
17.30 - 19.00					
17.00 - 18.30					
18.00 - 19.30	Herr				
18.15 - 19.30		P14	P12	P15	F18
18.30 - 20.00					
20.00 - 21.00					
19.30 - 21.00	Dam	F11			

ONSDAG	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
16.00 - 17.00					
17.00 - 18.00	F16 + P16				
17.00 - 18.15		P14	P13	F16	F17
17.00 - 18.30					
17.30 - 19.00					
18.00 - 19.30	DU + F10				
18.15 - 19.30		F14	F13	P16	P17
18.30 - 20.00					
19.00 - 20.30					
19.30 - 21.00	HU + HJ				

TORSdag	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
16.00 - 17.00					
17.00 - 18.15			P12	P15	F18
17.00 - 18.00	P15 + F15	P19			
17.00 - 18.30					
18.00 - 19.30	Dam + Herr	HJ			
18.15 - 19.30			F12	F15	P18
18.30 - 20.00					
19.30 - 21.00	DU + HU	F11			
20.00 - 21.00					
21.00 - 22.30					

FREDAG	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
14.30 - 16.00					
16.00 - 17.00					
17.00 - 18.00	F15	F14 + P14	P13 + F13	F15	F17
17.00 - 18.30					
18.00 - 19.00			P12		
18.15 - 19.30					
19.30 - 21.00					

Lördag	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
09.15 - 10.15	F19 + P19				
11.00 - 12.00					

Söndag	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
09.00 - 10.00	F20 + P20				
18.00-19.30					