

Träningsider 2025 Maj och framåt

MÅNDAG	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
15.30 - 17.00					
17.00 - 18.00		P12 + P14	F12		
17.00 - 18.15				F15	
17.00 - 18.30					
18.00 - 19.30	HA + HU	F09 + F10	F11		
18.15 - 19.30				P15	P16
18.30 - 19.45					
19.30 - 21.00	DA + DU	P09 + P10			
19.45 - 21.00					
21.00 - 22.00					

Omkf.rum Färg

1	
2	
3	
4	
5	

Herr

--

TISDAG	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
16.00 - 17.00			P11		
17.00 - 18.00	Mv-träning		P11		
17.00 - 18.15		F13		P14	
17.30 - 19.00					
17.00 - 18.30					
18.00 - 19.30	DA		F12		
18.15 - 19.30		P13		F14	P17
18.30 - 20.00					
20.00 - 21.00					
19.30 - 21.00	HU				

ONSDAG	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
16.00 - 17.00			P11		
17.00 - 18.00			P11		
17.00 - 18.15		P10		P15	F16+ F17
17.00 - 18.30					
17.30 - 19.00					
18.00 - 19.30	HA		F10		
18.15 - 19.30		F09		F15	
18.30 - 20.00					
19.00 - 20.30					
19.30 - 21.00	DU	P09	F11		

TORSDAG	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
16.00 - 17.00					
17.00 - 18.15		P13		F14	
17.00 - 18.00	F11		P16		
17.00 - 18.30					
18.00 - 19.30	DA + DU		F12		
18.15 - 19.30		F13		P14	P17
18.30 - 20.00					
19.30 - 21.00	HA + HU		P12		
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	P09				
17.00 - 18.00	P13 + F13	F14	P11 + P12	F15	
17.00 - 18.30					
18.00 - 19.00		F09 + F10			
18.15 - 19.30					

19.30 - 21.00					
Lördag	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
09.15 - 10.30	P18 + F18				
11.00 - 12.00					
Söndag	Konstgräs	11-manna	9-manna	7-manna	5-manna
09.00 - 10.30	P19 + F19				
16.30-18.00					F16+F17

Jan-Feb er Fotbollshallen

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
10.00-11.00						F13 F14	
17.00-18.00							
18.00-19.00		DU/08/09	P09 F11		P11 P12		F08/09/10
19.00-20.00							P09/11
20.00-21.00	Dam/Herr						
21.00-22.00	HU			HU			

