

Träningsider säsongen 2024-2025

A hallen					B hallen		Insjöns sporthall	
Mån	Tis	Ons	Tors	Fre	Tis	Fre	Mån	Tors
16:00					16:00		16:00	
16:15					16:15		16:15	
16:30	P14-15	F12-13	P12-13	F12-13	16:30	Andra	16:30	FP17
16:45	16:30-17:30	16:30-17:30	16:30-17:30	16:30-17:30	16:45	föreningar	16:45	16:30-17:30
17:00					17:00		17:00	
17:15					17:15		17:15	
17:30	P12-13	Fröd	P11-12	Fröd	17:30		17:30	FP16
17:45	17:30-18:30	17:30-18:45	17:30-18:30	17:30-18:45	17:45		17:45	17:30-18:30
18:00					18:00		18:00	
18:15					18:15		18:15	
18:30	Pröd 1-3		Pröd 1-3		18:30		18:30	P11-12
18:45	18:30-20:30	H2 / JAS	18:30-20:30	D2	18:45		18:45	18:30-19:30
19:00		18:45-20:00		18:45-20:00	19:00		19:00	
19:15					19:15	19:00-20:15	19:15	
19:30					19:30		19:30	
19:45					19:45		19:45	
20:00		D2		H2 / JAS	20:00		20:00	
20:15		20:00-21:15		20:00-21:15	20:15	DM	20:15	
20:30	H4		H4		20:30	20:15-21:30	20:30	
20:45	20:30-21:45		20:30-21:45		20:45		20:45	
21:00					21:00		21:00	
21:15					21:15		21:15	
21:30					21:30		21:30	
21:45					21:45		21:45	
22:00					22:00		22:00	