Træningsplan fra uge 04-2022 VINTER 2022 v2 d. 25/1-2021			Indgang / Udgang foreste låge mod SIC							Indgang / Udgang bagerste låge mod Tennis					Til og fra baner via sti ved Kunstbane				G1
			K1 - 11 Mands				3 mands baner			K2 - 11 mands				Målfelt	B4- 11 mands				Bane 1 11-mands
			K3 - 8 Mands		K4 - 8 Mands					K5 - 8 mands		K6 - 8 mands			8 mands		8 mands		
			K7 - 5 M	K8 - 5 M	K9 - 5 M	K10 - 5 M	K11 - 3 M	K12 - 3 M	K13 - 3 M	K14 - 5 M	K15 - 5 M	K16 - 5 M	K17 - 5 M	K18 * pers.	G4A - 5 M	G4B - 5 M	G4C - 5 M	G4D - 5 M	Kun Kampe
Mandage																			
Ind på anlæg	**Træning**	**Ud fra anlæg**																	
15.30	30 min.	16.00																	
16.00	30 min.	16.30																	
16.30	30 min.	17.00																	
17.00	30 min.	17.30	U10D (12) (35)	U10D	U8D (14) (52)	U8D	U9D (13) (67)	U9D	U9D	U11D (11) (38)	U11D	U12D (10) (39)	U12D	Steen					
17.30	30 min.	18.00	U10D	U10D	U8D	U8D	U9D	U9D	U9D	U11D	U11D	U12D	U12D	Steen					
18.00	30 min.	18.30	U10D	U10D	U8D	U8D	U9D	U9D	U9D	U11D	U11D	U12D	U12D	Steen					
18.30	30 min.	19.00	1KS		2KS		U9D	U9D	U9D	U15D (07) (25)		1HS		Steen			(1KS / 2KS)		
19.00	30 min.	19.30	1KS		2KS		U9D	U9D	U9D	U15D		1HS		Steen			1KS / 2KS		
19.30	30 min.	20.00	1KS		2KS		Jersie United			U15D		1HS		Steen			1KS/ 2KS		
20.00	30 min.	20.30	Jersie United		U19D (HS-M-8M)					BK96									
20.30	30 min.	21.00			U19D (HS-M-8M)														
21.00	30 min.	21.30			U19D (HS-M-8M)														
21.30	30 min.	22.00																	
Tirsdage																			
Ind på anlæg	**Træning**	**Ud fra anlæg**																	
15.30	30 min.	16.00	Akademi		Akademi		Akademi			Akademi		Akademi							
16.00	30 min.	16.30	Akademi		Akademi		HP U10P	HP U10P	HP U10P	Akademi		Akademi							
16.30	30 min.	17.00	Akademi		Akademi		HP U10P	HP U10P	HP U10P	Akademi		Akademi							
17.00	30 min.	17.30	U16P (19)		HS4		U6D (16) (44)	U6D	U6D	U13D (09) (34)	U13D	U14D (08) (46)	U14D						
17.30	30 min.	18.00	U16P		HS4		U6D	U6D	U6D	U13D	U13D	U14D	U14D						
18.00	30 min.	18.30	U16P		HS4					U13D	U13D	U14D	U14D						
18.30	30 min.	19.00	U17D (05/06)				HS			1HS				1HS					
19.00	30 min.	19.30	U17D				HS			1HS				1HS					
19.30	30 min.	20.00	U17D				HS			1HS				1HS					
20.00	30 min.	20.30			U19-1 (03/04)		HS			2HS		3HS		HS					
20.30	30 min.	21.00			U19-1		HS			2HS		3HS		HS					
21.00	30 min.	21.30			U19-1		HS			2HS		3HS		HS					
21.30	30 min.	22.00																	
Onsdage																			
Ind på anlæg	**Træning**	**Ud fra anlæg**																	
15.30	30 min.	16.00																	
16.00	30 min.	16.30												Steen					
16.30	30 min.	17.00					U7D (15) (63)	U7D	U7D			U7D	U7D	Steen					
17.00	30 min.	17.30	U10D (12) (35)	U10D	U9D (13) (67)	U9D	U7D	U7D	U7D	U8D (14) (52)	U8D	U8D	U7D	Steen					
17.30	30 min.	18.00	U10D	U10D	U9D	U9D	U7D	U7D	U7D	U8D	U8D	U8D	U7D	Steen					
18.00	30 min.	18.30	U10D	U10D	U9D	U9D	U8D	U8D	U8D	U8D	U8D	U19D (HS-M-8M)		Steen					
18.30	30 min.	19.00	KS1		KS2		Old Mas	Old Mas	Old Mas	U15D (07) (25)		U19D (HS-M-8M)		Steen			1KS / 2KS		
19.00	30 min.	19.30	KS1		KS2		Old Mas	Old Mas	Old Mas	U15D		U19D (HS-M-8M)					1KS / 2KS		
19.30	30 min.	20.00	KS1		KS2					U15D							1KS / 2KS		
20.00	30 min.	20.30	U19-2							Jersie United									
20.30	30 min.	21.00	U19-2																
21.00	30 min.	21.30	U19-2																
21.30	30 min.	22.00																	
Torsdage																			
Ind på anlæg	**Træning**	**Ud fra anlæg**																	
15.30	30 min.	16.00																	
16.00	30 min.	16.30																	
16.30	30 min.	17.00					U8P	U8P	U8P										
17.00	30 min.	17.30	U12D (10) (39)	U12D	U11D (11) (38)	U11D	U8P	U8P	U8P	U13D (09) (34)	U13D	U14D (08) (46)	U14D						
17.30	30 min.	18.00	U12D	U12D	U11D	U11D				U13D	U13D	U14D	U14D						
18.00	30 min.	18.30	U12D	U12D	U11D	U11D				U13D	U13D	U14D	U14D						
18.30	30 min.	19.00	1KS		U17D (05/06)					1HS				1HS			1KS		
19.00	30 min.	19.30	1KS		U17D					1HS				1HS			1KS		
19.30	30 min.	20.00	1KS		U17D					1HS				1HS			1KS		
20.00	30 min.	20.30	SIFF		U19D-1 (03/04)		HS4			2HS		3HS		HS					
20.30	30 min.	21.00			U19D-1		HS4			2HS		3HS		HS					
21.00	30 min.	21.30			U19D-1		HS4			3HS		3HS		HS					
21.30	30 min.	22.00																	
Fredage																			
Ind på anlæg	**Træning**	**Ud fra anlæg**																	
15.30	30 min.	16.00																	
16.00	30 min.	16.30																	
16.30	30 min.	17.00								U14D (08)									
17.00	30 min.	17.30	Specifik træning		U10D (11)	U10D				U14D									
17.30	30 min.	18.00	Specifik træning		U10D	U10D				U14D									
18.00	30 min.	18.30	Specifik træning		U10D	U10D													
18.30	30 min.	19.00	Specifik træning																
19.00	30 min.	19.30																	
19.30	30 min.	20.00																	
Lørdage																			
Ind på anlæg	**Træning**	**Ud fra anlæg**																	
09.00		09.30					Træning U4 (2018 og yngre)												
09.30		10.00																	
10.00		10.30																	
10.30		11.00	Alle baner reserveret kampe eller ekstra træning (Skal bookes)				Træning U5 (2017)			Alle baner reserveret kampe eller ekstra træning (Skal bookes)									
11.00		11.30																	
11.30		12.00																	
12.00		12.30																	
12.30		13.00																	
13.00		13.30																	
13.30		14.00																	
14.00		14.30	Kampe Jersie United																
14.30		15.00																	
15.00		15.30																	
15.30		16.00																	
16.00		16.30																	
16.30		17.00																	
17.00		17.30																	
17.30		18.00																	
Søndage																			
Ind på anlæg	**Træning**	**Ud fra anlæg**																	
09.00		09.30					Træning U6D (2016)												
09.30		10.00																	
10.00		10.30																	
10.30		11.00	Alle baner reserveret kampe eller ekstra træning (Skal bookes)				Træning U7D (2015)			Alle baner reserveret kampe eller ekstra træning (Skal bookes)									
11.00		11.30																	
11.30		12.00																	
12.00		12.30																	
12.30		13.00																	
13.00		13.30																	
13.30		14.00																	
14.00		14.30																	
14.30		15.00																	
15.00		15.30																	
15.30		16.00																	
16.00		16.30	U19-2																
16.30		17.00	U19-2																
17.00		17.30	U19-2																
17.30		18.00																	