

SOLRØD FC TRÆNINGSPILAN KUNST+GRÆS 2. halvår 2026 (Sommer/Efterår)			Kunstabane K1 (Nærmest SIC) Indgang / Udgang foreste låge mod SIC				Kunst 3-mands (I forlængelse af K1)			Kunstabane K2 (Nærmest Tennis) Indgang / Udgang bagerste låge mod Tennis				Målfelt	Græsbane 2 (Nærmest Uglegård.) Til og fra baner via sti ved Uglegårdsskolen					Græsbane 3 (Nærmest Tennis) Til og fra baner via sti ved Kunstbane					Stadion												
Kunst + Græs			K1 - 11 Mands 50 personer				3 mands baner			K2 - 11 mands				Målfelt	G2 - 11 mands					G3 - 11 mands					Bane 1 - 11-mands												
K3 - 8 Mands - 50 pers.			K4 - 8 Mands - 50 pers.							K5 - 8 mands - 50 pers. K6 - 8 mands - 50 pers.				Målfelt	G4 - 8 mands G5 - 8 mands					G6 - 8 mands G7 - 8 mands																	
K7 - 5 M. 50 pers.			K8 - 5 M. 50 pers. K9 - 5 M. 50 pers. K10 - 5 M. 50 pers.				K11 - 3 M 25 pers. K12 - 3 M 25 pers. K13 - 3 M 25 pers.			K14 - 5 M. 50 pers. K15 - 5 M. 50 pers. K16 - 5 M. 50 pers. K17 - 5 M. 50 pers. K18 25 pers.				Målfelt	G8 - 5 M. 50 pers. G9 - 5 M. 50 pers. G10 - 5 M. 50 pers. G11 - 5 M. 50 pers.					G12 - 5 M. 50 pers. G13 - 5 M. 50 pers. G14 - 5 M. 50 pers. G15 - 5 M. 50 pers.																	
Mandage			Ind på anlæg			Træning			Ud fra anlæg			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26													
16.00			30 min.			16.30																															
16.30			30 min.			17.00																															
17.00			30 min.			17.30																															
17.30			30 min.			18.00			U9/U11/12P (2015-2019)			55			U7 Mix (2020)			59			U9D (2018)			78													
18.00			30 min.			18.30			U9/11/12P U9/11/12P U9/11/12P U9/11/12P			2020 2020 2020 2020			2018 2018 2018 2018			2018 2018 2018 2018			2018 2018 2018 2018			2018 2018 2018 2018													
18.30			30 min.			19.00			U9/11/12P U9/11/12P U9/11/12P U9/11/12P			2020 2020 2020 2020			2018 2018 2018 2018			2018 2018 2018 2018			2018 2018 2018 2018			2018 2018 2018 2018													
18.30			30 min.			19.00			U16P (2011-2012)			25			U15D (2012)			23			U11D (2016)			51			U13D (2014)			34							
19.00			30 min.			19.30			U16P U16P U16P U16P			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012													
19.30			30 min.			20.00			U16P U16P U16P U16P			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012													
20.00			30 min.			20.30			BK96 BK96			Veteran Veteran			17			U17D (2010-2011)			37			U19D (2008-2009)			17										
20.30			30 min.			21.00			BK96 BK96			Veteran Veteran						U17D U17D			U19D U19D			U19D U19D													
21.00			30 min.			21.30			BK96 BK96			Veteran Veteran																									
21.30			30 min.			22.00																															
Tirsdays			Ind på anlæg			Træning			Ud fra anlæg			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26													
15.30			30 min.			16.00																															
16.00			30 min.			16.30																															
16.30			30 min.			17.00																															
17.00			30 min.			17.30			U14P (2013-2014)			28			U6 Mix (2021)			48			U8 (2019)			58			U10D (2017)			46			U12D (2015)			57	
17.30			30 min.			18.00			U14P U14P U14P U14P			2021 2021 2021 2021			2019 2019 2019 2019			2019 2019 2019 2019			2019 2019 2019 2019			2019 2019 2019 2019			2015 2015 2015 2015			2015 2015 2015 2015							
18.00			30 min.			18.30			U14P U14P U14P U14P			2021 2021 2021 2021			2019 2019 2019 2019			2019 2019 2019 2019			2019 2019 2019 2019			2019 2019 2019 2019			2015 2015 2015 2015			2015 2015 2015 2015							
18.30			30 min.			19.00			U16P (2011-2012)			25			HS1 og HS2 delt el. samlet på Stadion/G3			57			U14D (2013)			37			U14D (2013)			37			HS1 (SS) /K2/G3				
19.00			30 min.			19.30			U16P U16P U16P U16P			IKKE DIREKTE RESERVERET TIL SFC			HS1 / HS2 HS1 / HS2			HS1 / HS2 HS1 / HS2			2013 2013 2013 2013			2013 2013 2013 2013			2013 2013 2013 2013			HS1 HS1							
19.30			30 min.			20.00			U16P U16P U16P U16P			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			HS1 HS1							
20.00			30 min.			20.30			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			HS1 HS1							
20.30			30 min.			21.00			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			HS1 HS1							
21.00			30 min.			21.30			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			HS1 HS1							
21.30			30 min.			22.00			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			HS1 HS1							
Onsdage			Ind på anlæg			Træning			Ud fra anlæg			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26													
15.30			30 min.			16.00																															
16.00			30 min.			16.30																															
16.30			30 min.			17.00																															
17.00			30 min.			17.30			U11D (2016)			51			U13D (2014)			34			U9/U11/12P (2015-2019)			55			U9D (2018)			78							
17.30			30 min.			18.00			2016 2016 2016 2016			2014 2014 2014 2014			2014 2014 2014 2014			2014 2014 2014 2014			U9/11/12P U9/11/12P U9/11/12P U9/11/12P			2018 2018 2018 2018			2018 2018 2018 2018										
18.00			30 min.			18.30			2016 2016 2016 2016			2014 2014 2014 2014			2014 2014 2014 2014			2014 2014 2014 2014			U9/11/12P U9/11/12P U9/11/12P U9/11/12P			2018 2018 2018 2018			2018 2018 2018 2018										
18.30			30 min.			19.00			U17D (2010-2011)			37			U19D (2008-2009)			17			U15D (2012)			23			U15D (2012)										
19.00			30 min.			19.30			U17D U17D			U19D U19D			U19D U19D			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012										
19.30			30 min.			20.00			U17D U17D			U19D U19D			U19D U19D			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012			2012 2012 2012 2012										
20.00			30 min.			20.30			Oldboys +32			15			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe										
20.30			30 min.			21.00			Oldboys +32						Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe										
21.00			30 min.			21.30			Oldboys +32						Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe										
21.30			30 min.			22.00			Reserveret kampe						Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe										
Torsdays			Ind på anlæg			Træning			Ud fra anlæg			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26													
15.00			30 min.			15.30																															
15.30			30 min.			16.00																															
16.00			30 min.			16.30																															
16.30			30 min.			17.00			U10D (2017)			46			U12D (2015)			57			U14P (2013-2014)			28			U8 (2019)			58							
17.00			30 min.			17.30			2017 2017 2017 2017			2015 2015 2015 2015			2015 2015 2015 2015			2015 2015 2015 2015			U14P U14P U14P U14P			2019 2019 2019 2019			2019 2019 2019 2019										
17.30			30 min.			18.00			2017 2017 2017 2017			2015 2015 2015 2015			2015 2015 2015 2015			2015 2015 2015 2015			U14P U14P U14P U14P			2019 2019 2019 2019			2019 2019 2019 2019										
18.00			30 min.			18.30			U14D (2013)			37			HS1 og HS2 delt el. samlet på Stadion/G3			57			U16P (2011-2012)			25			HS1 (SS) /K2/G3										
18.30			30 min.			19.00			2013 2013 2013 2013			HS1 / HS2 HS1 / HS2			HS1 / HS2 HS1 / HS2			U16P U16P U16P U16P			2011 2011 2011 2011			HS1 HS1													
19.00			30 min.			19.30			2013 2013 2013 2013			HS1 / HS2 HS1 / HS2			HS1 / HS2 HS1 / HS2			U16P U16P U16P U16P			2011 2011 2011 2011			HS1 HS1													
19.30			30 min.			20.00			HS3+4 div. mulige serie hold			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			HS1 HS1							
20.00			30 min.			20.30						Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			HS1 HS1							
20.30			30 min.			21.00						Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			HS1 HS1							
21.00			30 min.			21.30						Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			HS1 HS1							
21.30			30 min.			22.00						Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			Reserveret kampe			HS1 HS1							
Fredage			Ind på anlæg			Træning			Ud fra anlæg			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26													
14.30			30 min.			15.00																															
15.00			30 min.			15.30																															
15.30			30 min.			16.00																															
16.00			30 min.			16.30																															
16.30			30 min.			17.00			M. 16:30-18:30 BIF/SFC træning for U9-U12			Kommande alternativ træning U13-U15																									
17.00			30 min.			17.30																															
17.30			30 min.			18.00																															
18.00			30 min.			18.30																															
18.30			30 min.			19.00																															
19.00			30 min.			19.30																															
19.30			30 min.			20.00																															
Lørdage			Ind på anlæg			Træning			Ud fra anlæg			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26			Antal jun/26													
09.00			30 min.			09.30																															
09.30			30 min.			10.00			U6 Mix (2021)			48			U6 U6 U6 U6			Alle baner reserveret til kampe (Skal bookes)			Alle baner reserveret til kampe (Skal bookes)			Alle baner reserveret kampe eller ekstra træning (Skal bookes)			Alle baner reserveret kampe eller ekstra træning (Skal bookes)										
10.00			30 min.			10.30			U6 U6 U6 U6			59			U7 Mix (2020)			Alle baner reserveret til kampe (Skal bookes)			Alle baner reserveret til kampe (Skal bookes)			Alle baner reserveret kampe eller ekstra træning (Skal bookes)			Alle baner reserveret kampe eller ekstra træning (Skal bookes)										
10.30			30 min.			11.00			U7 U7 U7 U7						U7 U7 U7 U7																						
11.00			30 min.			11.30																															