

# Coronatræningsplan

Gælder uge 1+2

<b>MANDAG</b>	<b>Bane 1</b> (11M kunst)	<b>Bane 5</b> (7M kunst)	<b>Bane 6</b> (5M kunst)	<b>Bane 4</b> Stor bande
17.00-18.20	U13+U17-1	U13	U13	U13
18.30-19.50	U15+U17-2	U15	U15	U15
20.00-21.30	U19	3. SEN	10. SEN	OB-1

<b>TIRSDAG</b>	<b>Bane 1</b> (11M kunst)	<b>Bane 5</b> (7M kunst)	<b>Bane 6</b> (5M kunst)	<b>Bane 4</b> Stor bande
17.00-18.20	U12	U10	U10	U10
18.30-19.50	1/2 SEN	U17-1	1/2. SEN	
20.00-21.30	OB-2+9. SEN	MAS/SV/7.SEN	MAS/SV/7.SEN	

<b>ONSDAG</b>	<b>Bane 1</b> (11M kunst)	<b>Bane 5</b> (7M kunst)	<b>Bane 6</b> (5M kunst)	<b>Bane 4</b> Stor bande
17.00-18.20	U8	U9	U9	U9
18.30-19.50	U14	U13-3	U14	6. SEN
20.00-21.30	11.SEN+U17-1	U17-2	11. SEN	5. SEN

<b>TORSDAG</b>	<b>Bane 1</b> (11M kunst)	<b>Bane 5</b> (7M kunst)	<b>Bane 6</b> (5M kunst)	<b>Bane 4</b> Stor bande
15.30-16.50	U13-1/2	U7	U7	U7
17.00-18.20	U11	U12	U12	U12
18.30-19.50	1/2 SEN	SMAS	1/2. SEN	1/2. SEN
20.00-21.30	U19	8. SEN	10. SEN	12.SEN

# TRÆNINGSPLAN Vinter 2020/2021

Gælder fra uge 1+2

<b>FREDAG</b>	<b>Bane 1</b> (11M kunst)	<b>Bane 5</b> (7M kunst)	<b>Bane 6</b> (5M kunst)	<b>Bane 4</b> Stor bande
17.00-18.30	U15	U14	U14	U15
18.30-20.00				
20.00-21.30				

<b>LØRDAG</b>	<b>Bane 1</b> (11M kunst)	<b>Bane 5</b> (7M kunst)	<b>Bane 6</b> (5M kunst)	<b>Bane 4</b> Stor bande
09.00-10.20	U8	U7	U7	U8
10.30-12.00	U9	U6	U6	U9
12.15-13.45	1. SEN			

<b>SØNDAG</b>	<b>Bane 1</b> (11M kunst)	<b>Bane 5</b> (7M kunst)	<b>Bane 6</b> (5M kunst)	<b>Bane 4</b> Stor bande
09.00-10.20	U10	U10		
10.30-12.00	U11	U11		
12.15-13.45				

**Bane 1:** Der kan laves fire grupper af 10

**Bane 5:** Der kan laves to grupper af 10

**Bane 6:** Der kan laves en gruppe af 10

**Bane 4:** Der kan laves en gruppe af 10

Klubhuset er lukket

Styrkelokale må ikke benyttes

Omklædningsrum må ikke benyttes

Ingen forældre/tilskuere, kun udøvende spillere/trænere/holdledere

Husk at i en gruppe af 10, så er det inklusiv træner.