

## TRÆNINGSPLAN FORÅR/SOMMER 2024

Gælder fra uge 16 til uge 26 2024

<b>MANDAG</b>	Bane 1 (11M kunst)	Bane 5 (7M kunst)	Bane 6 (5M kunst)	Bane 2 (11M græs)	Bane 3 (11M græs)	Bane 7 (7M græs)	Bane 4 Stor bande
Kl. 15.30-17.00	U13-1 Dreng		MM-træning U15+U17 Mix				
Kl. 17.00-18.30	U13-2/3/4 Dreng	U14 Piger		U14 Dreng	U10+U11 Dr.	U12-1 Dreng	U14 Dreng
Kl. 18.30-20.00	U15 Dreng	U18 Piger	U15 Dreng	U19 Dr. + 1. SEN (herrer)	U16+U17 Dr.	U16+U17 Dr.	
Kl. 20.00-21.30	3. SEN. + 10. SEN. (Herrer)	M+32 (Herrer)	5. SEN. (Herrer)		11. SEN. (Herrer)		
<b>TIRSDAG</b>	Bane 1 (11M kunst)	Bane 5 (7M kunst)	Bane 6 (5M kunst)	Bane 2 (11M græs)	Bane 3 (11M græs)	Bane 7 (7M græs)	Bane 4 Stor bande
Kl. 15.30-17.00		FCK Keeper-træning					
Kl. 17.00-18.30	U11 Dr. U12 Dr.	U8 Dreng	U8 Dreng	U17 Dreng	U9+U10 Dr.	U9+U10 Dr.	U12 Dreng
Kl. 18.30-20.00	1. SEN. (Herrer)	M+60 (Herrer)		U19-1 Dreng	U15-1 Dreng	6. SEN. (Herrer)	
Kl. 20.00-21.30	Kampe	M+40 Herre	M+50/7.SEN (Herrer)	9. SEN. (Herrer)			13. SEN. (Herrer)
<b>ONSDAG</b>	Bane 1 (11M kunst)	Bane 5 (7M kunst)	Bane 6 (5M kunst)	Bane 2 (11M græs)	Bane 3 (11M græs)	Bane 7 (7M græs)	Bane 4 Stor bande
Kl. 15.30-17.00	MM-træning U14 Mix	U7 Dr (16-17)	U7 Dreng (Kl. 16.00-17.00)	U6/U7 Piger (16.00-17.00)	U14-1 Dreng		
Kl. 17.00-18.30	U18 Piger	U14 Dr.	U14 Dreng	U14 Dreng	Kampe	U13 Dreng	U14 Piger
Kl. 18.30-20.00	Kampe	11. SEN. (Herrer)	3. SEN. (Herrer)	Kampe	U16-1 Dreng		8. SEN (Herrer)
Kl. 20.00-21.30	Kampe	5. SEN (Herrer)		Kampe			
<b>TORS DAG</b>	Bane 1 (11M kunst)	Bane 5 (7M kunst)	Bane 6 (5M kunst)	Bane 2 (11M græs)	Bane 3 (11M græs)	Bane 7 (7M græs)	Bane 4 Stor bande
Kl. 15.30-17.00	U13-1/2 Dreng		MM-træning				
Kl. 17.00-18.30	U9+U10 Dr.	U8 Dreng	U8 Dreng	U15 Dreng	U11 Dr. U12 Dr.	U11 Dr.	U11 Dr. U12 Dr.
Kl. 18.30-20.00	1. SEN. (Herrer)	U19-1 Dreng	U19-2 Dreng	U16-1 Dreng	16-2+U17 Dreng		
Kl. 20.00-21.30	Kampe	10. SEN. (Herrer)					
<b>FREDAG</b>	Bane 1 (11M kunst)	Bane 5 (7M kunst)	Bane 6 (5M kunst)	Bane 2 (11M græs)	Bane 3 (11M græs)	Bane 7 (7M græs)	Bane 4 Stor bande
Kl. 15.30-17.00							
Kl. 17.00-18.30	U15 Dreng			U14 Dreng	U13 Dreng	U13 Dreng	

Kl. 18.30-20.00	Kampe			Kampe	Kampe		
Kl. 20.00-21.30	Kampe			Kampe	Kampe		
<b>LØRDAG</b>							
	<b>Bane 1</b> (11M kunst)	<b>Bane 5</b> (7M kunst)	<b>Bane 6</b> (5M kunst)	<b>Bane 2</b> (11M græs)	<b>Bane 3</b> (11M græs)	<b>Bane 7</b> (7M græs)	<b>Bane 4</b> Stor bande
Kl. 9.00-10.30	U6 + U7 Dreng	U5 Dreng (Kl. 9.30-10.30)	U6/U7 Piger (Kl. 9.00-10.00)	Kampe	Kampe		B&B 2021 Mix kl. 9.00-9.40
Kl. 10.30-12.00	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe		B&B 2020 Mix kl. 9.45-10.30
Kl. 12.00-13.30	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe		
Kl. 13.45-?	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe		
<b>SØNDAG</b>							
	<b>Bane 1</b> (11M kunst)	<b>Bane 5</b> (7M kunst)	<b>Bane 6</b> (5M kunst)	<b>Bane 2</b> (11M græs)	<b>Bane 3</b> (11M græs)	<b>Bane 7</b> (7M græs)	<b>Bane 4</b> Stor bande
Kl. 9.00-10.30	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe		
Kl. 10.30-12.00	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe		
Kl. 12.00-13.30	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe		
Kl. 13.45-?	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe		
Kl. 16.00-17.30		7. SEN. (Herrer)					

|