



1A+1B
Bag Bane 1
Ned mod
klubhuset

1C+1D
Bag Bane 1
Op mod
kunsten

2A
Mod
klubhuset

2B
Mod
Kunsten

2C, 2D, 2E
Mod
klubhuset

2F+2G
Mod
kunsten

3A KUNST
Ned mod
klubhuset

3B KUNST
Op mod
svinget

3C, 3D, 3E
KUNST
3- og 5
mandsbane

4A+4B
5-mands

4C+4D
5-mands

5

5C

Træningsplan, efterår 2025 1.ed

6

MULTI

GYMNASIET

Mandag

1000								60+M (1)									
1030																	
1600																	
1630									U11P (10)								
1700		U7P	U7P	U12P (10)	U13P (9)	U6P	U6P	U10P (11)									
1730										U8P (11)	U9P (11)		U14P (9)	U17P (8)			
1800												U15P (8)					
1830																	

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

U9D

Tirsdag

1630																SFL (1615-1700)	
1700		U7D	U7D	U11D (6)													
1730					U10D (7)	U7D		U12D (6)	U13D (5)		U8D (7)	U15D (4)	U16/U17D (3)				U14D (4)
1800																	
1830															U19D (2)		
1900												HS (1)					
1930																	
2000											DS (8)						

9, 10, 11

U14D (4)

Onsdag

1600																	
1630					U11P (10)												
1700																	
1730								U12P (10)	U13P (9)			U10P (11)	U14P (9)		U17P (8)		
1800														U15P (8)			
1830																	

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

Torsdag

1000																64+ (Ruth)	
1030																	
1600																	
1630																	
1700		U6D	U6D	U12D (6)		U6D		U11D (6)	U10D (7)	U9D (7)	U13D (5)			U14D (4)			
1730																	U15D (4)
1800																	
1830														U19D (2)	U16/U17D(3)		
1900												HS (1)					
1930											DS (8)						
2000																	
2030																	
2100										Motionsbold (1)							

9, 10, 11