Træningsplan, efterår 2026 1.ed
Gældende uge 32-uge 41

	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 klubhus	3B KUNST Op mod svinget	3C, 3D, 3E KUNST 3- og 5 mandsbane	4A+4B 5-mands	4C+4D 5-mands	5	5C	6	MULTI	GYMNASIET	
Mandag																	
1000							60+M (1)										
1030																	
1600																	
1630																	
1700																	1, 2, 3, 4 ,5
1730			U11P (9)		U7P	U7P	U9P (10)	U10D (7)		U10P (11)	U8P (10)	U15P (8)	U13P (9)	U17P (8)	En del af holdet (6)		
1800																	
1830																	
Tirsdag																	
1630		SFL (16.15-17.00)		U6D (16.15-17.00)	SFL (16.15-17.00)	U6D (16.15-17.00)						U15D (3)16-17.30		U14D (4)	SFL (1615-1700)		
1700			U12D (5)	U11D (6)			U13D (5)	U9D (7)		U8D (7)							
1730												U16/U17D(3)					
1800																	9, 10, 11
1830														U19D (2)			
1900																	
1930											DS (8)	HS (1)					
2000																	
Onsdag																	
1600																	
1630																	
1700					U6P	U6P	U11P(11)			U10P (11)	U9P(10)	U13P (9)	U15P (8)	U17P (8)			
1730																	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
1800																	
1830																	
2000									Motionsfodbold kvinder (11) (20.00-21.00)								
Torsdag																	
1000															64+ (Ruth)		
1030																	
1600																	
1630																	9, 10, 11
1700		U7D	U7D	U10D (7)	U13D (5)	U7D		U12D (5)	U11D (6)		U9D (7)		U14D (4)		U15D (3)		
1730																	
1800																	
1830															U19D (2)		
1900								U16/U17D (3)									
1930											DS (8)	HS (1)					
2000																	
2030									Motionsbold, mænd								
2100																	