

	Afdelinger:	Træningstider				
		Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Hold:	Legefodbold (Årg. 2019/2020/2021)		Kl. 16:45-17:30			
Bane:			Bane 1			
Hold:	U6 Dreng/Piger (Årg. 2018)	Kl. 16:30-17:30				
Bane:		Bane 4 D/E/F				
Hold:	U7/8 Dreng/Piger (Årg. 2016/2017)	Kl. 17:00-18:00				
Bane:		Bane 4 B (5 mands)				
Hold:	U9 Dreng (Årg. 2015)	Kl. 17:00-18:00		Kl. 17:00-18:00		
Bane:		Bane 8 (5 mands)		Bane 8 (5 mands)		
Hold:	U9 Piger (Årg. 2015)	Kl. 17:00-18:00		Kl. 17:00-18:00		
Bane:		Bane 8 (5 mands)		Bane 8 (5 mands)		
Hold:	U10 Dreng (Årg. 2014)	Kl. 17:00-18:15			Kl. 17:00-18:15	
Bane:		Bane 4 (8 mands)			Bane 4 (8 mands)	
Hold:	U11 Dreng (Årg. 2013)	Kl. 17:15-18:45		Kl. 17:15-18:45		
Bane:		Bane 3		Bane 3		
Hold:	U11 Piger (Årg. 2013/2014)	Kl. 16:30-18:00		Kl. 16:30-18:00		
Bane:		Bane 2A (Kunst)		Bane 4 (5 mands)		
Hold:	U12 Dreng (Årg. 2012)	Kl. 17:00-18:30		Kl. 17:00-18:30		
Bane:		Bane 5B (8-mands)		Bane 2A (Kunst)		
Hold:	U12 Piger (Årg. 2012)	16:30-18:00		16:30-18:00		
Bane:		Bane 2A (Kunst)		Bane 4 (5 mands)		
Hold:	U13 Dreng (Årg. 2011)	Kl. 17:00-18:30	Kl. 17:00-18:30		Kl. 17:00-18:30	
Bane:		Bane 5A (Kunst)	Bane 2A (Kunst)		Bane 2B (8-mands)	
Hold:	U13/14 Piger (Årg. 2010/2011)	Kl. 17:00-18:30		Kl. 17:00-18:30		
Bane:		Bane 2B		Bane 3		
Hold:	U14 Dreng (Årg. 2010)	Kl. 17:00-18:30			Kl. 17:00-18:30	
Bane:		Bane 5A (8-mands)			Bane 2A (Kunst)	
Hold:	U16 Dreng (Årg. 2008/2009)	Kl. 17:00-18:30		Kl. 17:00-18:30		
Bane:		Bane 6A (8-mands)		Bane 2B (Kunst)		
Hold:	U19 Dreng (2005/2006/2007)	Kl. 18:30-20:00		Kl. 18:30-20:00		
Bane:		Bane 2B (Kunst)		Bane 5 (11-mands)		
Hold:	Dame Senior (Årg. 2007 og tidligere)					
Bane:						
Hold:	Senior Herrer (Årg. 2004 og tidligere)		Kl. 18:30-20:30		Kl. 18:30-20:30	
Bane:			Bane 2+5		Bane 2+5	

Banefordelingen pr. 14. august 2023

Nu er græsbanerne klar til træning og kampe - og alle baner er kridtet op. Vi har besluttet at man IKKE skal træne ensidig på kunststofbanen - da I også kommer til at spille kampe på græs.

Der er ligeledes en større belastning af ben og krop ved at træne på kunst - og så skal man uge på det grønne græs. Vi har lavet fordelingen således at alle fra U11 får en dag på græs og en dag på kunst.

Mandag er der ekstrem pres på banerne - så hold øje med skærmen i klubhuset, da der kan komme kampe.

Kampe vs. Træning

Kampe går forud for træning - uagtet niveau og alder. Så det kan undtagelsesvis blive nødvendigt at rykke sig eller starte opvarmningen i et andet område.