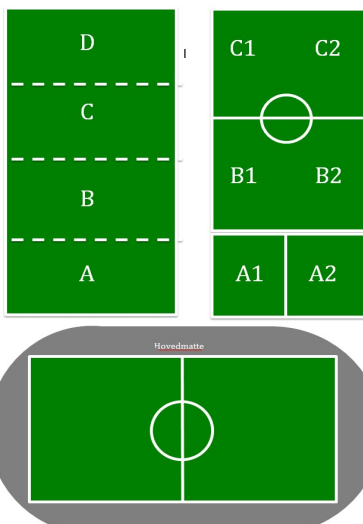


OVERSIKT TRENINGSTIDER I HOLEVÆRINGEN FOTBALL 2020



ALDER: **TRENINGSSOMRÅDE:**

6-7 år. 3-fotball. Jenter og gutter. Her har vi prioritert tidlig start, slik at ungene kan legge seg til normal tid. Det betyr at dere starter treningene kl 1700 og slutter kl 1800-1830. Mellom 1700 og 1800 kan dere trene på hovedmatta. Dersom dere ønsker å trene etter kl 1800, må dere flytte dere fra hovedmatta til bak målene på hovedmatta. Ballbinger i nærområdet kan også benyttes. Vi har ny 3er bane med vant som kan benyttes. Står ved kiosken.

8-9 år. 5-er fotball. Vi ønsker at lokale nærmiljøanlegg skal benyttes. **Sundvollen:** omfatter primært Møyfrid (ved bussholdeplassen) men banene på SOS kan også benyttes hvis de er ledige. **Vik:** ingen gode muligheter for 5-fotball. Kan bruke Røyse. **Røyse:** Her er det både ballbinger og en god gressbane som kan benyttes.

10-11 år Kunstgress
12-13 år Kunstgress

Svendsrud A1	Mandag	Tirsdag
1700-1730	J10 GUL/ROSA	1700-1730
1730-1800	J10 GUL/ROSA	1730-1800
1800-1830	G08 Tiger/Hauk	G07 Tiger/Hauk
1830-1900	G08 Tiger/Hauk	1800-1830
1900-1930	J11	G07 Tiger/Hauk
1930-2000	J11	J10 GUL/ROSA
2000-2030		1900-1930
2030-2100		1930-2000
2100-2130		2000-2030
2130-2200		2030-2100
		2100-2130
		2130-2200

Onsdag	Torsdag	Freitag	Fredag
1700-1730	1700-1730	1700-1730	1700-1730
1730-1800	J07 Panter/Gaupe	1730-1800	1730-1800
1800-1830	J07 Panter/Gaupe	J09 TIGERS/VIPERS	J09 TIGERS/VIPERS
1830-1900	G10 Vik United	1800-1830	J11
1900-1930	G10 Vik United	1830-1900	J11
1930-2000		1900-1930	J12
2000-2030		1930-2000	J12
2030-2100	Oldboys	2000-2030	G15
2100-2130	Oldboys	2030-2100	G15
2130-2200	Oldboys	2100-2130	G15
		2130-2200	G15

KL	Lørdag	KL	Søndag
1000-1030	1000-1030	1000-1300	1000-1300
1030-1100	1030-1100	1300-1500	Gutter 2011
1100-1130	1100-1130	1500-1630	G11 JERV/ULV
1130-1200	1130-1200	1630-1700	
1200-1230	1200-1230	1700-1800	G08 Tiger/Hauk
1230-1300	1230-1300	1800-1900	G10 Leopard/SOS
1330-1400	1330-1400	1900-1930	G10 Leopard/SOS
		1930-2000	Oldboys
		2000-2100	Oldboys
		2100-2200	Oldboys

Svendsrud A2	Mandag	Tirsdag
1700-1730	J10 GUL/ROSA	1700-1730
1730-1800	J10 GUL/ROSA	1730-1800
1800-1830	G08 Tiger/Hauk	1800-1830
1830-1900	G08 Tiger/Hauk	1830-1900
1900-1930	J11	J10 GUL/ROSA
1930-2000	J11	J10 GUL/ROSA
2000-2030		1900-1930
2030-2100		1930-2000
2100-2130		2000-2030
2130-2200		2030-2100
		2100-2130
		2130-2200

Onsdag	Torsdag	KL	Fredag
1700-1730	1700-1730	1700-1730	1700-1730
1730-1800	J07 Panter/Gaupe	1730-1800	1730-1800
1800-1830	J07 Panter/Gaupe	J09 TIGERS/VIPERS	J09 TIGERS/VIPERS
1830-1900	G10 Vik United	1800-1830	J11
1900-1930	G10 Vik United	1830-1900	J11
1930-2000		1900-1930	J12
2000-2030		1930-2000	J12
2030-2100	Oldboys	2000-2030	G15
2100-2130	Oldboys	2030-2100	G15
2130-2200	Oldboys	2100-2130	G15
		2130-2200	G15

KL	Lørdag	KL	Søndag
1000-1030	1000-1030	1000-1300	1000-1300
1030-1100	1030-1100	1300-1500	Gutter 2011
1100-1130	1100-1130	1500-1630	G11 JERV/ULV
1130-1200	1130-1200	1630-1700	
1200-1230	1200-1230	1700-1800	G08 Tiger/Hauk
1230-1300	1230-1300	1800-1900	G10 Leopard/SOS
1330-1400	1330-1400	1900-1930	G10 Leopard/SOS
		1930-2000	Oldboys
		2000-2100	Oldboys
		2100-2200	Oldboys

Kunstgress 11er bane

Svendsrud B1	Mandag	Tirsdag
1530-1700	Tyrifjord VGS	1530-1700
1700-1730	G11 PANTHER	1700-1730
1730-1800	G11 PANTHER	G08 Vik Tigers/Lions
1800-1830	J15	1800-1830
1830-1900	J15	G11 JERV/ULV
1900-1930	J15	1830-1900
1930-2000	A-lag	1900-1930
2000-2030	A-lag	G11 JERV/ULV
2030-2100	A-lag	1930-2000
2100-2130		2000-2030
2130-2200		2030-2100
2130-2200		2100-2130
		2130-2200

Onsdag	Torsdag	KL	Fredag
1530-1700	Tyrifjord VGS	1530-1700	Tyrifjord VGS
1700-1730	G6/U6	1700-1730	J17
1730-1800	G6/U6	1730-1800	J17
1800-1830		1800-1830	J17
1830-1900		1830-1900	G13
1900-1930		1900-1930	G13
1930-2000	A-lag	1930-2000	G13
2000-2030	A-lag	2000-2030	J15
2030-2100	A-lag	2030-2100	J15
2100-2130		2100-2130	J15
2130-2200		2130-2200	J15
2130-2200		2130-2200	J15

KL	Lørdag	KL	Søndag
1000-1030	1000-1030	1100-1400	Extratiltak
1030-1100	1030-1100	1400-1500	Extratiltak
1100-1130	J17	1500-1600	Krets/Sone
1130-1200	J17	1600-1700	Krets/Sone
1200-1230	J17	1700-1800	Krets/Sone
1230-1300		1800-1900	G15
1330-1400		1900-1930	G15
		1930-2000	
		2000-2030	
		2030-2200	

Svendsrud B2	Mandag	Tirsdag
1530-1700	Tyrifjord VGS	1530-1700
1700-1730	G10 Vik United	1700-1730
1730-1800	G10 Vik United	G08 Vik Tigers/Lions
		G08 Vik Tigers/Lions

Onsdag	Torsdag	KL	Fredag
1530-1700	Tyrifjord VGS	1530-1700	Tyrifjord VGS
1700-1730	G6/U6	1700-1730	J17
1730-1800	G6/U6	1730-1800	J17

KL	Lørdag	KL	Søndag
1000-1030	1000-1030	1100-1400	Extratiltak

1800-1830	J15	1800-1830	G11 JERV/ULV	1800-1830	G09	1800-1830	J17	1800-1830		1030-1100		1400-1500	Extratiltak
1830-1900	J15	1830-1900	G11 JERV/ULV	1830-1900	G09	1830-1900	G13	1830-1900		1100-1130	J17	1500-1600	Krets/Sone
1900-1930	J15	1900-1930	G11 JERV/ULV	1900-1930	G09	1900-1930	G13	1900-1930		1130-1200	J17	1600-1700	Krets/Sone
1930-2000	A-lag	1930-2000	G15	1930-2000	A-lag	1930-2000	G13	1930-2000		1200-1230	J17	1700-1800	Krets/Sone
2000-2030	A-lag	2000-2030	G15	2000-2030	A-lag	2000-2030	J15	2000-2030		1230-1300		1800-1900	G15
2030-2100	A-lag	2030-2100	G15	2030-2100	A-lag	2030-2100	J15	2030-2100		1330-1400		1900-1930	G15
2100-2130		2100-2130		2100-2130		2100-2130	J15	2100-2130				1930-2000	
2130-2200		2130-2200		2130-2200		2130-2200		2130-2200				2000-2030	
												2030-2200	

Svendsrud C1	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	KL	Fredag	KL	Lørdag	KL	Søndag
1530-1700	Tyrifjord VGS	1530-1700	1530-1700	1530-1700	Tyrifjord VGS	1530-1700				
1700-1730	G13	1700-1730	1700-1730	1700-1730	G6/J6	1700-1730	1000-1030		1100-1400	Extratiltak
1730-1800	G13	1730-1800	1730-1800	1730-1800	G6/J6	1730-1800	1030-1100		1400-1500	Extratiltak
1800-1830	G13	1800-1830	1800-1830	1800-1830	J12	1800-1830	1100-1130	J17	1500-1600	Krets/Sone
1830-1900	J15	1830-1900	1830-1900	1830-1900	J12	1830-1900	1130-1200	J17	1600-1700	Krets/Sone
1900-1930	G19-2	1900-1930	1900-1930	1900-1930	G19-2	1900-1930	1200-1230	J17	1700-1800	Krets/Sone
1930-2000	G19-2	1930-2000	1930-2000	1930-2000	G19-2	1930-2000	1230-1300		1800-1900	J12/J13
2000-2030	G19-2	2000-2030	2000-2030	2000-2030	G19-2	2000-2030	1330-1400		1900-1930	J12/J13
2030-2100	G19-1	2030-2100	2030-2100	2030-2100	G19-1	2030-2100			1930-2000	J12/J13
2100-2130	G19-1	2100-2130	2100-2130	2100-2130	G19-1	2100-2130			2000-2030	
2130-2200	G19-1	2130-2200	2130-2200	2130-2200	G19-1	2130-2200			2030-2200	

Svendsrud C2	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	KL	Fredag	KL	Lørdag	KL	Søndag
1530-1700	Tyrifjord VGS	1530-1700	1530-1700	1530-1700	Tyrifjord VGS	1530-1700				
1700-1730	G13	1700-1730	1700-1730	1700-1730	G6/J6	1700-1730	1000-1030		1100-1400	Extratiltak
1730-1800	G13	1730-1800	1730-1800	1730-1800	G6/J6	1730-1800	1030-1100		1400-1500	Extratiltak
1800-1830	G13	1800-1830	1800-1830	1800-1830	J12	1800-1830	1100-1130	J17	1500-1600	Krets/Sone
1830-1900	J15	1830-1900	1830-1900	1830-1900	J12	1830-1900	1130-1200	J17	1600-1700	Krets/Sone
1900-1930	G19-2	1900-1930	1900-1930	1900-1930	G19-2	1900-1930	1200-1230	J17	1700-1800	Krets/Sone
1930-2000	G19-2	1930-2000	1930-2000	1930-2000	G19-2	1930-2000	1230-1300		1800-1900	J12/J13
2000-2030	G19-2	2000-2030	2000-2030	2000-2030	G19-2	2000-2030	1330-1400		1900-1930	J12/J13
2030-2100	G19-1	2030-2100	2030-2100	2030-2100	G19-1	2030-2100			1930-2000	J12/J13
2100-2130	G19-1	2100-2130	2100-2130	2100-2130	G19-1	2100-2130			2000-2030	
2130-2200	G19-1	2130-2200	2130-2200	2130-2200	G19-1	2130-2200			2030-2200	

Møyfjord	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	KL	Fredag	KL	Lørdag	KL	Søndag
1530-1700		1530-1700	1530-1700	1530-1700		1530-1700				
1700-1730		1700-1730	1700-1730	1700-1730	G06 Hauk	1700-1730	1030-1100		1030-1100	
1730-1800	G08 Gepard/Jerv/Ulv	1730-1800	1730-1800	1730-1800	G06 Hauk	1700-1800	1100-1130		1100-1130	
1800-1830	G08 Gepard/Jerv/Ulv	1800-1830	1800-1830	1800-1830	G09	1800-1830	1130-1200		1130-1200	
1830-1900		1830-1900	1830-1900	1830-1900	G09	1830-1900	1200-1230		1200-1230	
1900-1930		1900-1930	1900-1930	1900-1930	G09	1900-1930	1230-1300		1230-1300	
1930-2000		1930-2000	1930-2000	1930-2000	G10 SOS	1930-2000	1330-1400		1330-1400	
2000-2030		2000-2030	2000-2030	2000-2030	G10 SOS	2000-2030	1400-1530		1400-1530	

Balbinge Røyse skole	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	KL	Fredag	KL	Lørdag	KL	Søndag
1630-1700		1630-1700	1630-1700	1630-1700		1630-1700	1030-1100		1030-1100	
1700-1730		1700-1730	1700-1730	1700-1730	J06	1700-1730	1100-1130		1100-1130	
1730-1800		1730-1800	1730-1800	1730-1800	J06	1730-1800	1130-1200		1130-1200	
1800-1830		1800-1830	1800-1830	1800-1830		1800-1830	1200-1230		1200-1230	
1830-1900		1830-1900	1830-1900	1830-1900	G07 Gepard/Jaguar/Puma	1830-1900	1230-1300		1230-1300	
1900-1930		1900-1930	1900-1930	1900-1930	G07 Gepard/Jaguar/Puma	1900-1930	1330-1400		1330-1400	
1930-2000		1930-2000	1930-2000	1930-2000	J13	1930-2000	1400-1530		1400-1530	
2000-2030		2000-2030	2000-2030	2000-2030	J13	2000-2030				

Gressbane Røyse skole	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	KL	Fredag	KL	Lørdag	KL	Søndag
1630-1700		1630-1700	1630-1700	1630-1700		1630-1700	1030-1100		1030-1100	
1700-1730		1700-1730	1700-1730	1700-1730		1700-1730	1100-1130		1100-1130	
1730-1800		1730-1800	1730-1800	1730-1800	J09 Tigers/Vipers	1730-1800	1130-1200		1130-1200	
1800-1830	G8 Hauk/Tiger	1800-1830	1800-1830	1800-1830	J09 Tigers/Vipers	1800-1830	1200-1230		1200-1230	
1830-1900	G8 Hauk/Tiger	1830-1900	1830-1900	1830-1900	G07 Gepard/Jaguar/Puma	1830-1900	1230-1300		1230-1300	
1900-1930		1900-1930	1900-1930	1900-1930	G07 Gepard/Jaguar/Puma	1900-1930	1330-1400		1330-1400	
1930-2000		1930-2000	1930-2000	1930-2000		1930-2000	1400-1530		1400-1530	
2000-2030		2000-2030	2000-2030	2000-2030		2000-2030				

Heigelandsmoen (gress) - Samme som KGS H	Mandag	alt.	Tirsdag	alt.	Onsdag	alt.	Torsdag	alt.	KL	Fredag	KL	Lørdag	KL	Søndag
1700-1730			1700-1730		1700-1730		1700-1730		1700-1730		1030-1100		1030-1100	
1730-1800			1730-1800		1730-1800		1730-1800		1730-1800		1100-1130		1100-1130	
1800-1830			1800-1830		1800-1830		1800-1830		1800-1830		1130-1200		1130-1200	
1830-1900			1830-1900		1830-1900		1830-1900		1830-1900		1200-1230		1200-1230	
1900-1930			1900-1930		1900-1930		1900-1930		1900-1930		1230-1300		1230-1300	
1930-2000			1930-2000		1930-2000		1930-2000		1930-2000		1330-1400		1330-1400	
2000-2030			2000-2030		2000-2030		2000-2030		2000-2030		1400-1530		1400-1530	