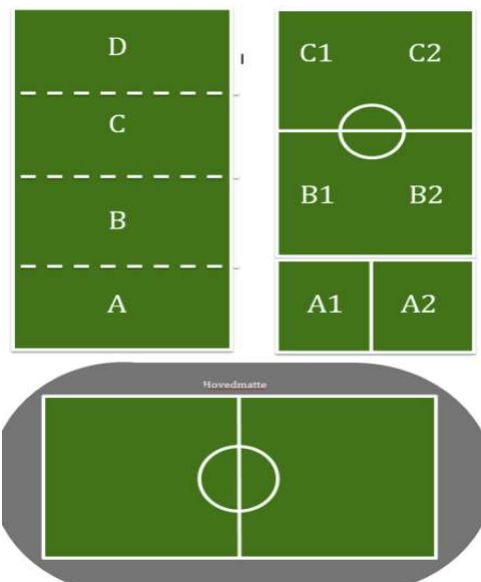


OVERSIKT TRENINGSTIDER I HOLEVÆRINGEN FOTBALL 2022



ALDER: TRENING

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 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.

Kunstgress 7'er bane

Svensrud A1	Mandag
1700-1730	G 9 Røyse
1730-1800	G 9 Røyse
1800-1830	G 10 Røyse
1830-1900	G 10 Røyse
1900-1930	G 10 Røyse
1930-2000	Senior Damer
2000-2030	Senior Damer
2030-2100	Senior Damer
2100-2130	Senior (B-lag)
2130-2200	Senior (B-lag)

Tirsdag	
1700-1730	G 8 Vik
1730-1800	G 8 Vik
1800-1830	J 10
1830-1900	J 10
1900-1930	J 10
1930-2000	Senior Damer
2000-2030	Senior Damer
2030-2100	Senior Damer
2100-2130	Senior (B-lag)
2130-2200	Senior (B-lag)

Onsdag	
1700-1730	J 8
1730-1800	J 8
1800-1830	J 9
1830-1900	J 9
1900-1930	G 9 Løve
1930-2000	G 9 Løve
2000-2030	OLDBOYS
2030-2100	OLDBOYS
2100-2130	OLDBOYS
2130-2200	

Torsdag	
1700-1730	G 6 VIK - Høst 2022
1730-1800	G 6 VIK - Høst 2022
1800-1830	G 9 Vik
1830-1900	G 9 Vik
1900-1930	J 12
1930-2000	J 12
2000-2030	J 12
2030-2100	
2100-2130	
2130-2200	

Fredag	Fredag
1700-1730	
1730-1800	
1800-1830	
1830-1900	
1900-1930	
1930-2000	
2000-2030	
2030-2100	
2100-2130	
2130-2200	

KL.	Lørdag
1000-1030	
1030-1100	G 14
1100-1130	G 14
1130-1200	G 14
1200-1230	G 14
1230-1300	
1330-1400	

KL.	Søndag
1100-1200	G 9 Vik
1400-1530	G 11
1530-1600	
1600-1700	
1700-1800	
1800-1900	
1900-2000	
2000-2030	OLDBOYS
2030-2100	OLDBOYS
2100-2200	OLDBOYS

Svensrud A2	Mandag
1700-1730	G 9 Røyse
1730-1800	G 9 Røyse
1800-1830	G 10 Røyse
1830-1900	G 10 Røyse
1900-1930	G 10 Røyse
1930-2000	Senior Damer
2000-2030	Senior Damer
2030-2100	Senior Damer
2100-2130	Senior (B-lag)
2130-2200	Senior (B-lag)

Tirsdag	
1700-1730	G 8 Røyse
1730-1800	G 8 Røyse
1800-1830	J 10
1830-1900	J 10
1900-1930	J 10
1930-2000	Senior Damer
2000-2030	Senior Damer
2030-2100	Senior Damer
2100-2130	Senior (B-lag)
2130-2200	Senior (B-lag)

Onsdag	
1700-1730	J 8
1730-1800	J 8
1800-1830	J 9
1830-1900	J 9
1900-1930	
1930-2000	
2000-2030	OLDBOYS
2030-2100	OLDBOYS
2100-2130	OLDBOYS
2130-2200	

Torsdag	
1700-1730	G 6 VIK - Høst 2022
1730-1800	G 6 VIK - Høst 2022
1800-1830	G 9 Vik
1830-1900	G 9 Vik
1900-1930	J 12
1930-2000	J 12
2000-2030	J 12
2030-2100	
2100-2130	
2130-2200	

KL.	Fredag
1700-1730	
1730-1800	
1800-1830	
1830-1900	
1900-1930	
1930-2000	
2000-2030	
2030-2100	
2100-2130	
2130-2200	

KL.	Lørdag
1000-1030	
1030-1100	G 14
1100-1130	G 14
1130-1200	G 14
1200-1230	G 14
1230-1300	
1330-1400	

KL.	Søndag
1100-1200	G 9 Vik
1400-1530	G 11
1530-1600	
1600-1700	
1700-1800	
1800-1900	
1900-2000	
2000-2030	OLDBOYS
2030-2100	OLDBOYS
2100-2200	OLDBOYS

Kunstgress 11er bane

Svensrud B1	Mandag
1530-1700	Extratiltak G13-G15
1700-1730	Extratiltak J12-J15
1730-1800	Extratiltak J12-J15
1800-1830	Extratiltak J12-J15
1830-1900	J 11
1900-1930	J 11
1930-2000	J 11
2000-2030	G 15
2030-2100	G 15
2100-2130	G 15
2130-2200	
2130-2200	

Tirsdag	
1530-1700	Tyrifjord VGS
1700-1730	G 11
1730-1800	G 11
1800-1830	G 11
1830-1900	G 14
1900-1930	G 14
1930-2000	G 14
2000-2030	Senior
2030-2100	Senior
2100-2130	Senior
2130-2200	
2130-2200	

Onsdag	
1530-1700	Tyrifjord VGS
1700-1730	G 7 Vik
1730-1800	G 7 Vik
1800-1830	G 13
1830-1900	G 13
1900-1930	G 13
1930-2000	
2000-2030	
2030-2100	Senior (B-lag)
2100-2130	Senior (B-lag)
2130-2200	Senior (B-lag)
2130-2200	

Torsdag	
1530-1700	
1700-1730	G 6 Røyse - Høst 2022
1730-1800	G 6 Røyse - Høst 2022
1800-1830	G 12
1830-1900	G 12
1900-1930	G 12
1930-2000	J 15
2000-2030	J 15
2030-2100	J 15
2100-2130	Senior
2130-2200	Senior

KL.	Fredag
1530-1700	Extratiltak
1700-1730	Extratiltak
1730-1800	Extratiltak
1800-1830	Extratiltak
1830-1900	
1900-1930	
1930-2000	
2000-2030	
2030-2100	
2100-2130	
2130-2200	
2130-2200	

KL.	Lørdag
1000-1030	
1030-1100	G 15
1100-1130	G 15
1130-1200	G 15
1200-1230	G 15
1300-1330	G 13
1330-1430	G 13

KL.	Søndag
1100-1400	
1400-1530	J 15
1500-1600	
1600-1730	G12
1730-1800	Ekstern utleie
1800-1900	Ekstern utleie
1900-1930	
1930-2000	
2000-2030	
2030-2200	

Svensrud B2	Mandag

Tirsdag	

Onsdag	

Torsdag	

KL.	Fredag

KL.	Lørdag

KL.	Søndag

