

Träningsider 2023 / 2024 - Idrottshallen

TID	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag	TID
16:00-16:15	90			75				16:00-16:15
16:15-16:30								16:15-16:30
16:30-16:45	P08-10		75		60			16:30-16:45
16:45-17:00		prel. bokad för	P15-16	P08-10	P15-16 u,v			16:45-17:00
17:00-17:15		P13-14	F15-16		F15-16 j.v			17:00-17:15
17:15-17:30			Delad hall					17:15-17:30
17:30-17:45	90	90		90				17:30-17:45
17:45-18:00			75					17:45-18:00
18:00-18:15	F08-10	Herr 1		Herr 1				18:00-18:15
18:15-18:30			F08-10					18:15-18:30
18:30-18:45								18:30-18:45
18:45-19:00					MATCH			18:45-19:00
19:00-19:15	90	90	90	90				19:00-19:15
19:15-19:30								19:15-19:30
19:30-19:45	Dam 2	Dam	Herr 4	Dam				19:30-19:45
19:45-20:00								19:45-20:00
20:00-20:15								20:00-20:15
20:15-20:30								20:15-20:30
20:30-20:45	90	LEDIG	90	LEDIG				20:30-20:45
20:45-21:00								20:45-21:00
21:00-21:15	Herr 4		Dam 2					21:00-21:15
21:15-21:30								21:15-21:30
21:30-21:45								21:30-21:45
21:45-22:00								21:45-22:00

Träningsider 2023 / 2024 -Dannfältshallen

TID	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag	TID
16:45-17:00		75						
17:00-17:15			60	90			60	09:30-10:30
17:15-17:30		P11-12						
17:30-17:45			F11-14	P11-12			F17-18	
17:45-18:00								
18:00-18:15							60	10:30-11:30
18:15-18:30								
18:30-18:45							P17-18	
18:45-19:00								
19:00-19:15	60		90					
19:15-19:30								
19:30-19:45	F11-14		prel. bokad för					
19:45-20:00			Dam					
20:00-20:15								