



# Træningsbanefordeling for foråret 2018 fra 3. april - 1. juli

– version 5 ((Årgange) (Forventet antal) Omlædningsrum)

Dag/b ane	Tid	2	3 (kunst)	4	5	6
<b>Mål</b>						
<b>Mandage</b>	15.30-17.00					
	17.00-18.30	U6/7P (11-12) U8P (2010) (13)	U12/13P (05-06) (38) U14D (2004) (30)	U10/11P (07-08)(25)	U13D (2005) (31) U15D (2003) (28)	U11D (2007) (26) U16D (2002) (20)
	18.30-20.00	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe
<b>Tirsdage</b>	15.30-17.00					
	17.00-18.30	U7D (2011) (20)	U8D (2010) (25) U9P (2009) (21) U14/15P (03-04) (28)	U9D (2009) (30) U10D (2008) (27)	U14D (2004) (30) U16D (2002) (38)	U12D (2006) (29)
	18.30-20.00	Kampe	Kampe	DS(99-xx) (25) 19.00-20.30	HS (98-xx) (60) U19D (99-00) (20)	HS (98-xx) (60) U19D (99-00) (20)
<b>Onsdage</b>	15.30-17.00					
	17.00-18.30	Kampe	U11D (2007) (26)	U6D (2012) (25) U10/11P (07-08) (25)	U15D (2003) (28)	U12/13P (05-06) (38)
	18.30-20.00	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe	Kampe
<b>Torsdage</b>	15.30-17.00					
	17.00-18.30	U9D (2009) (30) U10D (2008) (27)	U14/15P (03-04) (28)	U9P (2009) (21) U8D (2010) (25)	U13D (2005) (31) U14D (2004) (30)	U16D (2002) (38) U12D (2006) (29)
	18.30-20.00	Kampe	Kampe	DS(99-xx) (25) 19.00-20.30	HS (98-xx) (60) U19D (99-00) (20)	HS (98-xx) (60) U19D (99-00) (20)
<b>Fredage</b>	15.30-17.00		Entusiasttræning AaB-Talentskole		Teknikskole	
	17.00-18.30		Entusiasttræning AaB-Talentskole		Teknikskole	
<b>Lørdag</b>	10.00-12.00					
<b>Søndage</b>	10.00-12.00					

- ✓ *Fleksibilitet, tolerance og forståelse er nøgleord.*
- ✓ *AL træning starter og slutter ved flagstangen ved klubhuset.*
- ✓ *Det er en TRÆNEROPGAVE at holde disciplinen med anvendelse af de rigtige omlædningsrum – og føre tilsyn med samme.*  
*Det er således TRÆNEREN der sørger for at omlædningsrum er forladt i samme stand som det modtages.*
- ✓ *Alle fra U10 og op bør gøre brug af omlædningsrum og opdrages til bad efter træning både i hyggelige øjemed og ikke mindst for det sociale liv i omlædningsrummet og klubhuset.*  
*Yngre spillere tager heller ikke skade af det ☺*
- ✓ *Træning lørdag/søndag bestilles særskilt.*  
*Kampe har første prioritet.*
- ✓ *Alle skal respektere ovenstående tider.*  
*Banen SKAL være ryddet for spillere og rekvisitter, når ny træningstid starter.*
- ✓ *Bane 1, 2 og 3 er primære kampbaner.*
- ✓ *Mål på banerne i alt:*  
*Følger*
- ✓ *Mål skal stilles på plads uden for banerne, efter endt træning. Dette er en fælles opgave – tag hensyn til de næste!*
- ✓ *Små mål er som udgangspunkt til små spillere.*
- ✓ *Det skal for så vidt muligt undgås at træne i felterne på græsbanerne. Man kan sagtens lave den samme slags træning, udenfor felterne.*
- ✓ *Skift jævnlige område i løbet af træningen, specielt når banerne er våde. Nogle gange er 3-5 meter nok!*
- ✓ *AL løbeopvarmning foregår udenfor de opkradtede græsbaner.*
- ✓ *DET ER ET FÆLLES ANSVAR at vores baner er bedst mulige og at træningen glider bedst muligt. Derfor: pas på banerne og ryd op efter jer selv, så fungerer tingene.*
- ✓