



# Træningsbanefordeling vintertræning på kunst 2021-2022 25/10 – 1/4

– pr. 25.10-21 (Årgange) (Forventet antal) (Omklædningsrum)

Dag/bane	Tid	½ bane mod klubhus	½ bane mod svinget	3 og 5 mands område
<b>Mål</b>				
<b>Mandage</b>	17.00-18.30	U12P (2010) (15)	U6/7P (15-16) (25) U8P (2014) (25)	U10D (2012) (25)
	18.15-19.45		U15P (07-08) (25)	
	19.30-21.00	Oldgirls		
<b>Tirsdays</b>	17.00-18.30	U14D (2008) (30)	U15D (07) (25)	U12D (2010) (25)
	18.15-19.45	Kvindeseniør (30)	U16D (06) (25)	U13D (2009) (30)
	19.30-21.00	Herreseniør (45)	Herreseniør (45)	
<b>Onsdage</b>	17.00-18.30	U13P (2009) (15)	U9D (2013) (25) kl. 18.00-19.00	
	18.15-19.45	U15P (07-08) (25)		Studiehold (15)
	19.30-21.00	Oldboys		
<b>Torsdays</b>	17.00-18.30	U15D (07) (25)	U12D (2010) (25)	U11D (2011) (30)
	18.15-19.45	Kvindeseniør (30)	U16D (06) (25)	U13D (2009) (30)
	19.30-21.00	Herreseniør (45)	Herreseniør (45)	Fra 20.30 Motionsfodbold
<b>Fredage</b>	17.00-18.30			
	18.15-19.45			
	19.30-21.00			
<b>Søndage</b>	10.00-11.00			U8D (2014) (25)

- ♣ *Fleksibilitet, tolerance og forståelse er nøgleord.*
- ♣ *Det er en TRÆNEROPGAVE at holde disciplinen med anvendelse af de rigtige omklædningsrum – og føre tilsyn med samme. Pt. Er der dog Corona-restriktioner.*
- ♣ *Al træning starter og slutter ved flagstangen ved klubhuset eller i klubhuset.*
- ♣ *Lørdagstræningstiderne bestilles særskilt. Kampe har første prioritet.*
- ♣ *Alle skal respektere ovenstående tider. Banen SKAL være ryddet for spillere og rekvisitter, når ny træningstid starter.*
- ♣ *Mål skal stilles på plads udenfor 11-mandsbanen.*
- ♣ *Små mål er som udgangspunkt til små spillere.*
- ♣ *Der overlappes således at dem der f.eks har tiden 17.00 - 18.30, skal påregne at de næste der har den overlappende tid kl. 18.15-19.45, kommer og varmer op. Dem der kommer og varmer op skal sørge for at bruge så lidt plads som muligt.*
- ♣ *Med andre ord, hvis alle udviser maksimal fleksibilitet så får vi endnu en skøn træningsvinter 😊*