Træningsplan 22-23									
Damer	Herre								
Mandag							**Mandag**		
Tid	**Hal 1**	**Tid**	**Hal 2**	**Tid**	**Hal 3**	**Tid**	**Ourehallen**	**Tid**	**Vejstruplund**
13.15-15.30	Liga					08.00-09.30		08.00-09.30	
16.30-18.00	3G Drenge	16.30-18.00	U17			09.30-11.00		09.30-11.00	
18.00-19.30	U19 1 + 2.Div	18.00-20.30	Badminton			11.00-13.00		11.00-13.00	
19.30-21.00	1.Div+3G	20.30-22.00				13.00-14.30		13.00-14.30	
						14.30-16.00		14.30-16.15	
						16.30-18.00	U17 1	16.30-18.00	U19
						18.00-19.30	U19 3	18.00-19.30	U19
								19.30-21.00	
Tirsdag							**Tirsdag**		
Tid	**Hal 1**	**Tid**	**Hal 2**	**Tid**	**Hal 3**	**Tid**	**Ourehallen**	**Tid**	**Vejstruplund**
14.45-16.30	Liga					08.00-08.30		08.00-09.30	
16.30-18.00	U13 1+2	16.30-18.00	U15 1+2	16.00-17.00		08.30-10.00		09.50-11.30	
18.00-19.30	U15 3+4	18.00-19.30	U15 3+U13 1	17.00-18.00		10.00-11.30			
19.30-21.00		19.30-21.00	U17 Lokale	18.00-18.45					
		21.00-21.30	Fitness	18.45-19.45		13.00-14.30		13.00-14.30	
				20.00-21.00	Fitness	14.30-16.00	Gym piger	14.30-16.00	
						16.15-17.45	U15 1+2	16.15-17.45	U19 2
						17.45-19.15		18.00-19.30	
Onsdag							**Onsdag**		
Tid	**Hal 1**	**Tid**	**Hal 2**	**Tid**	**Hal 3**	**Tid**	**Ourehallen**	**Tid**	**Vejstruplund**
14.00-15.45	Liga					08.00-10.00		08.00-10.00	
16.00-17.30	U11 1+2	16.00-17.15	U6+7	16.00-17.00	U5	10.00-12.00	Gym piger	10.00-12.00	3.G Drenge

17.30-19.00	U11 1+2	17.15-18.30	U8+9 dr+pi	17.00-18.00	U8+9 dr+pi	12.00-13.30		12.00-13.30	
19.00-20.30	U13 1+2	18.30-20.00	U13 1+2+3	18.00-18.30	U13 1+2+3	13.30-15.00		13.30-15.00	
20.15-21.30		20.00-21.30	Serie 3 damer	18.30-19.00	U13 1+2	15.00-16.30		15.00-16.30	
				19.00-21.00	Badminton	16.00-17.30	U17 1	16.15-18.00	
						17.30-19.00	U19 1 + 2. Div	18.00-19.30	
Torsdag							**Torsdag**		
Tid	**Hal 1**	**Tid**	**Hal 2**	**Tid**	**Hal 3**	**Tid**	**Ourehallen**	**Tid**	**Vejstruplund**
14.45-16.30	Liga	14.45-16.30				08.00-09.30		08.00-10.00	
16.30-18.00	U15 3+4	16.30-18.00	U15 1+2			09.30-11.00		10.00-12.00	
18.00-19.30	U19 1+1. div+3.G	18.00-19.30	U19 3			11.00-13.00		12.00-13.00	
19.30-21.00	Dame 2	19.30-21.00				13.00-14.30		13.00-14.30	
21.00-22.00	Serie 2 herre					14.30-16.00		14.30-16.00	U19 2
						16.15-17.45	U17 Lokale	16.15-17.45	U15 3
						17.45-19.15	U17 + U19 2	17.45-19.15	U15 1+2
Fredag							**Fredag**		
Tid	**Hal 1**	**Tid**	**Hal 2**	**Tid**	**Hal 3**	**Tid**	**Ourehallen**	**Tid**	**Vejstruplund**
11.00-13.00	Liga					08.00-09.30		08.00-09.30	
15.45-17.30	U11 dr+pi	15.45-17.30	U11 pi+dr			09.30-11.00		09.30-11.00	
17.30-19.00	U13 1+2+3	17.30-19.00	U15 2+3			11.00-13.00		12.00-13.00	
19.00-20.30		19.00-20.30	U15 2+3			13.00-14.30		13.00-14.30	
						14.30-16.00		14.30-16.00	
						16.15-17.45		16.15-17.45	
						17.45-19.15		17.45-19.15	
Lørdag									

Tid	Hal 1	Tid	Hal 2	Tid	Hal 3				
08.30-10.00	U13 1+2+3	08.30-10.00	Fitness	09.30-10.15	Baby				
10.00-11.30	U15 4	10.00-11.30	U8+9 dr+pi	10.15-12.00	U8+9 dr+pi				
11.30-13.00	U13 1+2								