

Treningstider sesongen 2021/ 2022

MANDAG		TIRSDAG		ONSDAG		TORSDAG		FREDAG
G11 (2010) 16.00-17.00 Hel bane		J11 (2010) 16.00-17.00 Hel bane		Fysisk trening 2009 og eldre		G12 (2009) 16.00-17.30 ½ bane	G13 (2008) 16.00-17.30 ½ bane	Fellestrening 6-11år (2015-2010) 16.00-17.00
G6 (2015) 17.00-18.00 ½ bane	J6 (2015) 17.00-18.00 ½ bane	G9 (2012) 17.00-18.00 ½ bane	J9 (2012) 17.00-18.00 ½ bane	J/G 8 (2013) 16.30-17.30 ¾ bane	16.00-16.30 (hel bane) 16.30-17.30 (½ bane)			
G10 (2011) 18.00-19.00 ½ bane	J10 (2011) 18.00-19.00 ½ bane	J13 (2008) 18.00-19.00 Hel bane		Ballskole for 2016-kullet 17.30-18.30 ½ bane	Ballskole for 2017-kullet 17.30-18.30 ½ bane	G7 (2014) 17.30-18.30 ½ bane	J7 (2014) 17.30-18.30 ½ bane	
J12 (2009) 19.00-20.00 Hel bane		G12 (2009) 19.00-20.00 ½ bane	G13 (2008) 19.00-20.00 ½ bane	J11 (2010) 18.30-20.00 ½ bane	J12 (2009) 18.30-20.00 ½ bane	G10 (2011) G11 (2010) 18.30-20.00 ½ bane	J10 (2011) 18.30-20.00 ½ bane	
U20 (2005/04) 20.00-21.30 Hel bane		J15 (2007/06) 20.00-21.30 ½ bane	U20 (2005/04) 20.00-21.30 ½ bane	Damer 20.00-21.30 ½ bane	J15 (2007/06) 20.00-21.30 ½ bane	J13 (2008) 20.00-21.30 Hel bane		
Vasking av klister og låse hallen kl.21.30-22.00.								

- Onsdager kl.16.00-17.30: Fysisk trening for J/G 2008 og eldre. Påmelding i Spond.
- Ballskolen for 2017-kullet starter opp i januar 2022. Frem til oppstart er det ledig kl.17.30-18.30 på onsdager.
- Nøkkelkortet virker fra kl.15.45, så de som har tidlig trening kan starte opp tidligere.
- De som bruker klister må sette av nok tid til vasking. Alle skal være ute av hallen til senest kl.22.00.

Treningstider sesongen 2021/ 2022

- Fellestreninger på fredagen. Påmelding i Spond.
- Alle lag i seriespill bør ha tre treninger i uken. Derfor er det satt opp fellestreninger.