

TRÆNINGSTIDER EFTERÅR 2017

Juli				August				September				Oktober				November				December			
Jun/Årg	Talent	Flex		Jun/Årg	Talent	Flex		Jun/Årg	Talent	Flex		Jun/Årg	Talent	Flex		Jun/Årg	Talent	Flex		Jun/Årg	Talent	Flex	
lø 1				ti 1				fr 1	BOOT		X	sø 1	STÆVNE			on 1	15.50-18.10	15.50-18.10		fr 1	16.50-19.10		
sø 2				on 2				lø 2	BOOT	BOOT	X	ma 2	15.50-19.15 15.50-18.10	40		to 2				lø 2	09.50-12.10 09.50-12.10		
ma 3		27		to 3				sø 3				ti 3	19.30-21.10	X		fr 3	16.50-19.10		X	sø 3			
ti 4				fr 4				ma 4	15.50-19.15 15.50-18.10		36	on 4	15.50-18.10 15.50-18.10			lø 4	09.50-12.10 09.50-12.10	X		ma 4	15.50-19.15 15.50-18.10	49	
on 5				lø 5				ti 5	19.30-21.10		X	to 5				sø 5				ti 5	19.30-21.10		X
to 6				sø 6				on 6	15.50-18.10 15.50-18.10			fr 6	16.50-19.10		X	ma 6	15.50-19.15 15.50-18.10	45		on 6	15.50-18.10 15.50-18.10		
fr 7				ma 7		32		to 7				lø 7	09.50-12.10 09.50-12.10	X		ti 7	19.30-21.10		X	to 7			
lø 8				ti 8	OW 18.30		X	fr 8	16.50-19.10		X	sø 8				on 8	15.50-18.10 15.50-18.10			fr 8	STÆVNE		X
sø 9				on 9				lø 9	STÆVNE 09.50-12.10	X		ma 9	15.50-19.15 15.50-18.10	41		to 9				lø 9	STÆVNE 09.50-12.10	X	
ma 10		28		to 10	OW 18.30		X	sø 10				ti 10	19.30-21.10	X		fr 10	16.50-19.10		X	sø 10	STÆVNE		
ti 11				fr 11				ma 11	15.50-19.15 15.50-18.10		37	on 11	15.50-18.10 15.50-18.10			lø 11	09.50-12.10 09.50-12.10	X		ma 11	15.50-19.15 15.50-18.10	50	
on 12				lø 12	OW 18.30		X	ti 12	19.30-21.10		X	to 12				sø 12	STÆVNE			ti 12	19.30-21.10		X
to 13				sø 13				on 13	15.50-18.10 15.50-18.10			fr 13	16.50-19.10		X	ma 13	15.50-19.15 15.50-18.10	46		on 13	15.50-18.10 15.50-18.10		
fr 14				ma 14	15.50-19.15 15.50-18.10		33	to 14				lø 14	09.50-12.10 09.50-12.10	X		ti 14	19.30-21.10		X	to 14			
lø 15				ti 15	16.50-19.10		X	fr 15	16.50-19.10		X	sø 15				on 15	15.50-18.10 15.50-18.10			fr 15	16.50-19.10		X
sø 16				on 16	15.50-18.10 15.50-18.10			lø 16	09.50-12.10 09.50-12.10	X		ma 16	10.50-14.15 10.50-13.10	X 42		to 16				lø 16	09.50-12.10 09.50-12.10	X	
ma 17		29		to 17	OW 18.30			sø 17				ti 17				fr 17	16.50-19.10		X	sø 17			
ti 18				fr 18	16.50-19.10		X	ma 18	15.50-19.15 15.50-18.10		38	on 18	09.50-13.10 10.50-13.10	X		lø 18	09.50-12.10 09.50-12.10	X		ma 18	15.50-19.15 15.50-18.10	51	
on 19				lø 19	STÆVNE 09.50-12.10	X		ti 19	19.30-21.10		X	to 19				sø 19				ti 19	19.30-21.10		
to 20				sø 20				on 20	15.50-18.10 15.50-18.10			fr 20				ma 20	15.50-19.15 15.50-18.10	47		on 20	STÆVNE STÆVNE		
fr 21				ma 21	15.50-19.15 15.50-18.10		34	to 21				lø 21	09.50-12.10 09.50-12.10	X		ti 21	19.30-21.10		X	to 21			
lø 22				ti 22	16.50-19.10		X	fr 22	16.50-19.10		X	sø 22				on 22	15.50-18.10 15.50-18.10			fr 22	FITNESS		
sø 23				on 23	15.50-18.10 15.50-18.10			lø 23	09.50-12.10 STÆVNE	X		ma 23	15.50-19.15 15.50-18.10	43		to 23				lø 23			
ma 24		30		to 24				sø 24				ti 24	19.30-21.10	X		fr 24	16.50-19.10		X	sø 24	10.50-12.35 10.50-12.35	X	
ti 25				fr 25	AFLYST AFLYST AFLYST			ma 25	15.50-19.15 15.50-18.10		39	on 25	15.50-18.10 15.50-18.10			lø 25	09.50-12.10 09.50-12.10	X		ma 25		52	
on 26				lø 26	09.50-12.10 09.50-12.10	X		ti 26	19.30-21.10		X	to 26				sø 26				ti 26			
to 27				sø 27				on 27	15.50-18.10 15.50-18.10			fr 27	16.50-19.10		X	ma 27	15.50-19.15 15.50-18.10	48		on 27			
fr 28				ma 28	15.50-19.15 15.50-18.10		35	to 28				lø 28	STÆVNE 09.50-12.10	X		ti 28	19.30-21.10		X	to 28	09.50-13.10 10.50-13.10	X	
lø 29				ti 29	16.50-19.10		X	fr 29	16.50-19.10		X	sø 29	STÆVNE			on 29	15.50-18.10 15.50-18.10			fr 29			
sø 30				on 30	15.50-18.10 15.50-18.10			lø 30	STÆVNE 09.50-12.10	X		ma 30	15.50-19.15 15.50-18.10	44		to 30				lø 30	09.50-13.10 10.50-13.10	X	
ma 31		31		to 31								ti 31	19.30-21.10	X						sø 31			