

## Træningsplan for græstræning forår 2023

|               |  | Eftermiddag 16:30-18:00 |          |          |            |        | Aften 18:00-19:30 |         |          |         |          |
|---------------|--|-------------------------|----------|----------|------------|--------|-------------------|---------|----------|---------|----------|
|               |  | mandag                  | tirsdag  | onsdag   | torsdag    | fredag | mandag            | tirsdag | onsdag   | torsdag | fredag   |
| bane 2A       |  | 2013-U10                | 2012-U11 | 2013-U10 | 2012-U11   |        | 40+               |         |          |         |          |
| bane 2B       |  | 2014-U9                 | 2012-U11 | 2014-U9  | 2012-U11   |        | 50+               |         |          |         |          |
| bane 2C       |  | 2015-U8                 | 2017-U6  | 2015-U8  |            |        | 60+               |         |          |         |          |
| bane 3A       |  | 2009-U14                | 2010-U13 | 2009-U14 | 2010-U13   |        | 2007-U16          | U19     | 2007-U16 |         | 2007-U16 |
| bane 3B       |  | 2009-U14                |          | 2009-U14 |            |        | 2007-U16          | U19     | 2007-U16 |         | 2007-U16 |
| bane 3C       |  |                         |          |          |            |        |                   |         |          |         |          |
| bane 4A       |  |                         | 2011-U12 |          | 2011-U12   |        | Sen./U19          | Senior  |          | Senior  |          |
| bane 4B       |  |                         |          |          |            |        | Sen./U19          | Senior  |          | Senior  |          |
| bane 4C       |  | 2016-U7                 |          | 2016-U7  |            |        |                   |         |          |         |          |
| bane 6, højen |  |                         | 2018-U5  |          |            |        |                   |         |          |         |          |
| kunst bane A  |  |                         | U15      |          |            |        |                   | U15     |          | U19     |          |
| kunst bane B  |  | FCK-Skills              | U15      |          | FCK-Skills |        |                   | U15     |          | U19     |          |