



Träningsstider Bjärevallen 2023



	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag
A-plan		18.30 – 20.00 senior (omkl. rum 2/3) Hasse Wennström	17.00 – 18.30 P16 (omkl. rum 6) Jörgen Folkesson	18.30 – 20.00 senior (omkl. rum 2/3) Hasse Wennström		
B-plan	16.30 – 18.00 P16 (omkl. rum 6) Jörgen Folkesson	17.30 – 19.00 P14 (omkl. rum 7) Mario Hayes Niedbalski	17.00 – 18.30 P11 (omkl. rum 7) Rasmus Alin 18.00 – 19.30 P12 (omkl. rum 4) David Auraldsson	17.00 – 18.30 P14 (omkl. rum 7) Mario Hayes Niedbalski		
7-manna	17.00 – 18.30 P11 (omkl. rum 7) Rasmus Alin 18.00 – 19.30 P12 (omkl. rum 4) David Auraldsson	17.30 – 19.00 F11 (omkl. rum 6) Niklas Vepsä	16.45 – 18.00 P10 (omkl. rum 5) Joel Paulsson	17.30 – 19.00 F11 (omkl. rum 6) Niklas Vepsä	16.45 – 17.30 P10 (omkl. rum 5) Joel Paulsson	
5-mannaplan 1 (längs A-plan)	17.30 – 18.30 P/F9 (omkl.rum 1) Pierre Bohman	18.00 – 19.00 P/F8 (omkl. rum 1) Patrik Råberg	17.30 – 18.30 P/F9 (omkl.rum 1) Pierre Bohman	17.15 – 18.30 F9 (omkl.rum 1) Isabelle Karlsson		9.30 – 10.30 P10 (omkl. rum 1) Joel Paulsson
5-mannaplan 2 (bakom A-plan)	17.30 – 18.30 P/F7 (omkl.rum 1) Niklas Maltesson	18.00 – 19.00 P/F5 (höst) xxx				
Match från kl. 19.00 (mån-tors) Omklädningsrumsförslag Tavlans info på Bjärevallen/hemsidan gäller	Omkl. rum 4 och 5	Omkl. rum 4 och 5	Omkl. rum 4 och 5	Omkl. 4 och 5		

Match går före träning men uppvärmning inför match sker på ledig yta. Kommunikation mellan ledarna nödvändig. Använd alltid matchvärdar.

Matchtider:

Planstorlek 3-3
6-7 år 4x3 min

Planstorlek 5-5
8-9 år 3x15 min

Planstorlek 7-7
10-12 år 3x20 min

Planstorlek 9-9
13-14 år 3x25 min

Planstorlek 11-11
15 år 2x40 min
16 år 2x45 min