



Träningsider 2025

Maj-september (vecka 19 och framåt)

Dag	Lag	Tid	Plan	Kommentar
Måndag	P09/10 P12 Senior Junior P13	17:30-19:00 17:30-19:00 18:00-19:30 18:00-19:30 18:30-20:00	Konstgräs Konstgräs B-plan A-plan Sjumanna	
Tisdag	F16/17 P14 P15 Junior Senior	17:30-18:30 17:30-19:00 17:30-19:00 18:00-19:30 18:00-19:30	Konstgräs Konstgräs Sjumanna B-plan A-plan	
Onsdag	Frame P09/10 F13/14 P12 P13 P35	17:15-18:15 17:30-19:00 17:30-19:00 18:00-19:30 18:30-20:00 19:30-20:30	Tennisplan Konstgräs Konstgräs B-plan Sjumanna A-plan/konstgräs	Beroende på matcher
Torsdag	P16 P17 P14 P15 P12 P09/10 Senior Junior	17:30-18:30 17:30-18:30 17:30-19:00 17:30-19:00 17:30-19:00 17:30-19:00 18:00-19:30 18:00-19:30	Sjumanna + liten del av a-plan Sjumanna + liten del av a-plan Konstgräs Konstgräs B-plan B-plan A-plan Konstgräs	
Fredag				
Lördag				

Dag	Lag	Tid	Plan	Kommentar
Söndag	PF19	16:00-17:00	Sjumanna	
	PF20	16:00-17:00	Konstgräs	Match halva planen
	PF18	17:00-18:00	Konstgräs	Match halva planen
	P16	17:00-18:30	Sjumanna + liten del av a-plan	
	P17	17:00-18:30	Sjumanna + liten del av a-plan	
	F16/17	17:00-18:15	A-plan/konstgräs	
	F30	18:30-19:30	Konstgräs	