SPARBANKSHALLEN

	MÅNDAG			Tisdag			Onsdag			Torsdag			Fredag			
Plan	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	Plan
16.00										Gåfotboll						16.00
17.00																17.00
17.00	P16	PF20/21	F 14/15	Edenryd	Edenryd	Edenryd	P15	P14	P13	F 10/13	F 10/13	Edenryd	P15	P15	P15	17.00
				Edenryd	Edenryd	Edenryd						Edenryd				
				Edenryd	Edenryd	Edenryd						Edenryd				
				Edenryd	Edenryd	Edenryd						Edenryd				
18.30																18.30
18.30	P13	P13	P14	F 10/13	F 10/13	F 10/13	P17	P12	P12	Näsum	Näsum	Näsum				18.30
										Näsum	Näsum	Näsum				
										Näsum	Näsum	Näsum				
										Näsum	Näsum	Näsum				
20.00																20.00
20.00	P11	P11	P11	P10	P10	P10	P11	P11	P11	P10	P10	P10				20.00
				P09	P09	P09				P09	P09	P09				
21.30																21.30

	LÖRDAG			SÖNDAG			
Plan	1	2	3	1	2	3	Plan
09.00	PF 18/19	PF 18/19	P17	P15	P15	P15	09.00
			P16				
10.30							10.30
10.30	P14	P14	P14	P12	P12	P12	10.30
12.00							12.00
12.00	F 10/13	F 10/13	F 10/13	P13	P13	P13	12.00
13.30							13.30
13.30	F 14/15	F 14/15	P17	P11	P11	P11	13.30
			P16				
15.00							15.00

P17	P16	P15	P14	P13	P12	P11	P10	P09
PF 18/19	F 14/15	F 10/13	PF20/21					

Mellan den 2/11 - 14/12 bedrivs ingen träning på lördagar & söndagar pga Indoor Cup.

Preliminärt datum för start av inomhusträning är 16/10, om vädret tillåter finns möjlighet att fortsätta träna ute.

MultiCopy Arena

Multi	Måndag		Tisdag		Onsdag		Torsdag		Fredag		Multi
Copy	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	Copy
17.00	HA/HJ	HA/HJ	HA/HJ	HA/HJ	Ifö BIF	Ifö BIF	HA/HJ	HA/HJ	Ifö BIF	Ifö BIF	17.00
18.30											18.30
18.30	DA/DJ	Kamp	Näsum	Näsum	Edenryd	Edenryd	Näsum	DA/DJ	Näsum Match		18.30
20.00											20.00
20.00	Edenryd	Edenryd	DA/DJ	Näsum	Kamp	Edenryd	Näsum	Näsum	Obokat		20.00
21.30											21.30