

Måndag			Motionshallen	Måndag		
Gångsätra	Start	Stopp	SIM 17:15-18:00	LSK-hallen	Start	Stopp
F2011 - FYS	16:30/17:00	18:00	P2010 18:30-19:00	P2011	16:30/17:00	18:00
F2011	18:00	19:00	F2011 19:00-19:30	P2012	18:00	19:00
F2010	19:00	20:15		P2010	19:00	20:15
Herrar A/Herrar B	20:15	22:00	F2010 20:15-20:45	Damer A/Damer B	20:15	22:00

Tisdag			Motionshallen	Tisdag		
Gångsätra	Start	Stopp		LSK-hallen	Start	Stopp
P2015	16:30/17:00	18:00		PARAHANDBOLL	16:30/17:00	18:00
F2015	18:00	19:00	F2012/13 17:30-18:00	F2012/13	18:00	19:00
Damer J (2006/2007)	19:00	20:15	SIM 18:15-19:20	PA 2007-08	19:00	20:15
Damer A/Damer B	20:15	22:00	F2012/13 19:20-19:50	Herrar A/Herrar B	20:15	22:00

Onsdag			Motionshallen	Onsdag		
Gångsätra	Start	Stopp		LSK-hallen	Start	Stopp
F2011	16:30/17:00	18:00	P2011 17:30-18:00	P2013	16:30/17:00	18:00
P2012	18:00	19:00	P2013 18:00-18:30	P2011	18:00	19:00
Volleyboll	19:00	20:00	P2010 18:30-19:00	P2010	19:00	20:00
Volleyboll	20:00	21:00	P2012 19:00-19:30	F2010	20:00	21:00
Volleyboll	21:00	22:00	F2010 19:30-20:00	Damer J (2006/2007)	21:00	22:00

Torsdag			Motionshallen	Torsdag		
Gångsätra	Start	Stopp	SIM 17:00-17:30	LSK-hallen	Start	Stopp
P2014	16:30/17:00	18:00	P2010 17:30-18:00	F2014	16:30/17:00	18:00
F2012/13	18:00	19:00	F2010 18:30-19:00	P2010+P2011	18:00	19:00
PA 2007-08	19:00	20:15	F2012/13 19:00-19:30	F2010	19:00	20:15
Damer A/Damer B	20:15	22:00		Herrar A/Herrar B	20:15	22:00

Fredag			Motionshallen	Fredag		
Gångsätra	Start	Stopp	SIM 17:15-18:00	LSK-hallen	Start	Stopp
P2013	16:30/17:00	18:00		F2011	16:30/17:00	18:00
PA 2007-08	18:00	19:00		Tekniktid	18:00	19:00
Matchtid	19:00	20:00		Tekniktid	19:00	20:00
Matchtid	20:00	22:00		Tekniktid	20:00	21:00

Lördag			Lördag	Lördag		
Gångsätra	Start	Stopp	Motionshallen	LSK-hallen	Start	Stopp
Matchtid	09:00	10:00		Tekniktid	09:00	10:00
Matchtid	10:00	11:00		P2017 - BollStart	10:00	11:00
Matchtid	11:00	13:00		F2017 - Bollstart	11:00	12:00
Matchtid	13:00	14:30		Matchtid	12:00	13:00
Matchtid	14:30	15:30		Matchtid	13:00	16:00
Matchtid	16:00	19:00		Matchtid	16:00	20:00

Söndagar			Söndagar	Söndagar		
Gångsätra	Start	Stopp	Motionshallen	LSK-hallen	Start	Stopp
Matchtid	08:00	09:00		Matchtid	09:00	10:00
Matchtid	09:00	10:00		Matchtid	10:00	11:00
Matchtid	10:00	11:30		Matchtid	11:00	12:00
Matchtid	11:30	13:00	F2014 11.15-12.00	F2014	12:00	13:00
Matchtid	13:00	14:30		Tekniktid	13:00	14:00
Matchtid	14:30	15:00		P2014	14:00	15:00
Förberedsetid	15:30	16:00		P2015	15:00	16:00
U2018 - BollSkøj	16:00	16:45		P2016 - BollFart	16:00	17:00
U2018 - BollSkøj	17:00	17:45		F2016 - BollFart	17:00	18:00
Matchtid	18:00	19:00		F2015	18:00	19:00
Matchtid	19:00	19:30		HandbollFitness	19:00	21:00

BOLL - TRÄNINGSDAGAR PER VECKA SÄSONG 2024/2025

BOLL - TRÄNINGSDAGAR PER VECKA SÄSONG 2024/2025

ÅLDER	LAG	MÅ	TI	ONS	TO	F/L/S	ÅLDER	LAG	MÅ	TI	ONS	TO	F/L/S
FÖDD >2003	HA/HB	MÅ	TI		TO		FÖDD >2003	DA/DB	MÅ	TI		TO	
FÖDD 2006-07	P18						FÖDD 2006-07	F18 - DJ		TI	ONS		
FÖDD 2008-09	P16		TI		TO	FRE	FÖDD 2008-09	F16					
FÖDD 2010	P14	MÅ		ONS	TO*		FÖDD 2010	F14	MÅ		ONS	TO	
FÖDD 2011	P13	MÅ		ONS	TO*		FÖDD 2011	F13	MÅ		ONS		FRE
FÖDD 2012	P12	MÅ		ONS			FÖDD 2012	F12		TI		TO	
FÖDD 2013	P11			ONS		FRE	FÖDD 2013	F11		TI		TO	
FÖDD 2014	P10				TO	SÖ	FÖDD 2014	F10				TO	SÖ
FÖDD 2015	P9		TI			SÖ	FÖDD 2015	F9		TI			SÖ
FÖDD 2016	P8 - BollFart					SÖ	FÖDD 2016	F8 - BollFart					SÖ
FÖDD 2017	P7 - BollStart - HBS					LÖ	FÖDD 2017	F7 - BollStart - HBS					LÖ
FÖDD 2018	P6 - BollSkøj					SÖ	FÖDD 2018	F6 - BollSkøj					SÖ
	PARAHANDBOLL		TI					HANDBOLLFITNESS					SÖ

FYS - MOTIONSHALLEN PER VECKA SÄSONG 2023/2024

FYS - MOTIONSHALLEN PER VECKA SÄSONG 2023/2024

ÅLDER	LAG	MÅ	TI	ONS	TO	F/L/S	ÅLDER	LAG	MÅ	TI	ONS	TO	F/L/S
FÖDD >2003	HA/HB	MÅ	TI		TO		FÖDD >2003	DA/DB	MÅ	TI		TO	
FÖDD 2006-07	P18						FÖDD 2006-07	F18					
FÖDD 2008-09	P16						FÖDD 2008-09	F16					
FÖDD 2010	P14						FÖDD 2010	F14					
FÖDD 2011	P13						FÖDD 2011	F13					
FÖDD 2012	P12						FÖDD 2012	F12					
FÖDD 2013	P11						FÖDD 2013	F11					
FÖDD 2014	P10						FÖDD 2014	F10					
FÖDD 2015	P9						FÖDD 2015	F9					
FÖDD 2016	Bollfart - Bilda lag						FÖDD 2016	Bollfart - Bilda lag					
FÖDD 2017	Bollstart - HBS						FÖDD 2017	Bollstart - HBS					
FÖDD 2018	Bollskøj						FÖDD 2018	Bollskøj					
	PARAHANDBOLL												

ÄNDRINGAR

ÄNDRINGAR

- 20240603 utskick av träningsschema 2024/2025
- 20240607 F2015 byter tid sö 14-15 till sö 18-19
- 20240710 P2014 byter tid sö 13-14 till sö 14-15
- 20240815 Uppdaterat med tider Motionshallen
- 20240825 F2011 tar tid 17-18 måndagar frö FYS
- 20240825 P2010+2011 byter hall med F2012/13 torsdagar 18-19