

Uppdat.20230509

Träningsider 2023 PÅSKBERGSVALLEN

I enlighet med Kommunens regler så byter de lag som tränar på B & C-plan varje vecka så varannan vecka B-plan och varannan C-plan. Avvikelser se nedan...

Dag	Tider	C-plan (jämn) B-plan (ojämn)	Dag	Tider	B-plan (jämn) C-plan (ojämn)	Dag	Tider	KG1	KG2	Dag	Tider	Sahara	K-plan
Måndag	15.00 - 16.30	HERR	Måndag			Måndag				Måndag			
	17.00 - 18.30	P13		17.00 - 18.30	P14		17.00 - 18.30	P17	P19		17.00 - 18.30	P10	P9/10
	18.30 - 19.00	Gif A		18.30 - 20.00	Dam		18.30 - 20.00*	P15/16	F15		18.30 - 20.00	P12	P11
Tisdag	15.00 - 16.30	HERR	Tisdag			Tisdag				Tisdag			
	17.00 - 18.30	P14		17.00 - 18.30	P17		17.00 - 18.30	P19			17.00 - 18.30	P11/12	
	18.30 - 19.00	Gif A		18.30 - 20.00	P15/16		18.30 - 20.00	F11-13			17.30 - 18.30		F9-10
Onsdag	15.00 - 16.30	HERR	Onsdag			Onsdag				Onsdag			
	17.00 - 18.30	Dam		17.00 - 18.30			17.30 - 19.00	P11	P12		17.00 - 18.30		P9/10
	18.30 - 20.00	F15		18.30 - 20.00	P13								
Torsdag			Torsdag			Torsdag				Torsdag			
	17.00 - 18.30	Dam		17.00 - 18.30	P17		17.00 - 18.30	P19			17.00 - 18.30	P11/12	P9 17.00 18.15
	18.30 - 19.00	Gif A		18.30 - 20.00	P15/16		18.30 - 20.00	P13	P14		18.30 - 20.00	F11-13	P10 18.15 - 19.30
Fredag	15.00 - 16.30	HERR	Fredag			Fredag				Fredag			
	17.00 - 18.30	Gif A		17.00 - 18.30	F15 + P19		16.30 - 18.00	P17	P15/16				
Lördag			Lördag			Lördag	10.00 - 11.30	P9	F9-10	Lördag	10.00 - 11.30		
B-plan	11.00 - 12.30	HERR											
Söndag			Söndag			Söndag	10.00 - 11.30	FP5/6	FP7	Söndag	10.00 - 11.30	P8	
											11.00 - 12.00		Gif Lekis

Övrigt:

- BoIS Herr alltid B-plan inkl. de lördagar de tränar.
- **FREDAGAR:** Gif A alltid C på fredagar P19 eller 17 + F15 delar B-plan fredagar så de även kan nyttja Sahara/Kastplan vid behov. Eventuellt finns ledig tid på Håsten om så önskas istället för att dela...
- 9/5 P19 halvplan del av träningen! P11 match KG och behöver då en del av konstgräset från ca 17.30 för uppvärmning samt markera upp plan.
- 17/5 Dam+F15 tränar på B-plan. P13 tränar samt spelar match på C-plan.
- 23/5 Dam U match Vallens Bplan - P15/16 tränar därför på kg antingen 18.30 halvplan eller 17.00 helplan - P19 spelar på Håsten IP A 17.00- U21 Vallens A 17.00
- 8/6 P13+P14 tränar 17.30 - 19.00!! P.g.a P19 match 20.00!
- 20/6 Dam U Match på C/B-plan 19.15 - P15/16 tränar konstgräset halvplan
- 5/9 Dam U Match på C/B-plan 19.15 - P15/16 tränar konstgräset halvplan
- 18/9 Match P15 Vallens Konstgräs - F15 dela plan med Dam
- 26/9 Match Dam U Vallens konstgräs 19.15. F11-13 träning Sahara (mörker...)?

