

Holdoversigt - Efterårs sæson 2017

Hvalpehold

Lørdag 10:00 – 11:30

Medmindre andet er angivet på træningsplanen

Prøvehold 1 (FP)

Mandag 17:45 – 18:30

Træner : NP, Irene, Patrick

Onsdag 18:30 – 19:15 som selvtræner (uden gruppe C)

Prøvehold 2 (IPO)

Mandag 18:30 – 19:15

Træner : Irene, Helle, Egemose, Eva , Peter M

Onsdag 18:30 – 19:15 som selvtræner (uden Gruppe C)

Selvtræner

Træning uden for holdtider

Gruppe C Mandag

Mandag 19:15 - ? For Begynder, Prøvehold 1 samt Prøvehold 2

Figuranter: Stefan, Pav, Erik.

Begynder

Onsdag 17:45 – 18:30

Træner : Patrick, Helle B, Bente N

Mandag 18:30 – 19:15 som selvtræner

SPOR

Spor inddeles i Træner-spor og Selvtræning-spor

Alle tilmeldt VOKSEN hold i kreds 3 kan træne med på alle spor-dage inklusiv træner-spor

Alle tilmeldt SPOR alene kan træne med på alle spor-dage inklusiv træner-spor

Alle tilmeldt Hvalpeholdet kan træne med på selvtræningsspor

Alle trænere mm kan træne med på selvtræningsspor

➔ Tilmelding pr. Gang efter først til mølle princippet.

➔ MAX deltager ved Træner-spor er 15 stk. Der kan ikke trænes selvtræning på dage med træner-spor.