

Træningstider efterår 2025, Plan B

(Gældende fra 1/8)

Fælleden

| Mandag              |       |       |       |       |                           |    |       |       |       |    |       |    | Tirsdag |       |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
|---------------------|-------|-------|-------|-------|---------------------------|----|-------|-------|-------|----|-------|----|---------|-------|------------------------|------|-------|------|------|------|------|------|------|----|--|--|--|
| Kl.                 | A1    | A2    | A3    | A4    | A5                        | A6 | B1    | B2    | C1    | C2 | C3    | C4 | A1      | A2    | A3                     | A4   | A5    | A6   | B1   | B2   | C1   | C2   | C3   | C4 |  |  |  |
| 13.30<br>-<br>15.00 | U17-1 | U17-1 | U17-1 | U17-1 |                           |    |       |       |       |    |       |    |         |       |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
|                     | U17-1 | U17-1 | U17-1 | U17-1 |                           |    |       |       |       |    |       |    |         |       |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
|                     | U17-1 | U17-1 | U17-1 | U17-1 |                           |    |       |       |       |    |       |    |         |       |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
| :                   |       |       |       |       |                           |    |       |       |       |    |       |    |         |       |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
| 16                  |       | U16-1 |       |       |                           |    | U16-2 | U16-2 |       |    |       |    | U18-2   | U19-2 |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
|                     | SH    | U16-1 | U19-1 | U18-1 |                           |    | U16-2 | U16-2 |       |    |       |    | U18-2   | U19-2 |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
|                     | SH    | U16-1 | U19-1 | U18-1 |                           |    | U16-2 | U16-2 |       |    |       |    | U18-2   | U19-2 |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
|                     | SH    | U16-1 | U19-1 | U18-1 | Talenttræning<br>U11-U14p |    | U16-2 | U16-2 |       |    |       |    | U18-2   | U19-2 |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
| 17                  | SH    | U16-1 | U19-1 | U18-1 |                           |    | U16-2 | U16-2 |       |    |       |    | U18-2   | U19-2 |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
|                     | SH    | U16-1 | U19-1 | U18-1 |                           |    | U16-2 | U16-2 |       |    |       |    | U18-2   | U19-2 |                        |      |       |      | U14p | U15p | U13p | U13p |      |    |  |  |  |
|                     | U14-1 | U13-2 | U13-1 | U14-2 | Talenttræning<br>U11-U14p |    | U15d  | U15d  |       |    |       |    | U18-2   | U19-2 |                        |      |       | U14p | U15p | U13p | U13p |      |      |    |  |  |  |
|                     | U14-1 | U13-2 | U13-1 | U14-2 |                           |    | U15d  | U15d  |       |    |       |    | SH      | SH    | +1-træning<br>U13-U16d |      |       |      | U14p | U15p | U13p | U13p |      |    |  |  |  |
| 18                  | U14-1 | U13-2 | U13-1 | U14-2 |                           |    | U15d  | U15d  |       |    |       |    | SH      | SH    |                        |      | U14p  | U15p | U13p | U13p |      |      |      |    |  |  |  |
|                     | U14-1 | U13-2 | U13-1 | U14-2 |                           |    | U15d  | U15d  |       |    |       |    | SH      | SH    |                        |      | U14p  | U15p | U13p | U13p |      |      |      |    |  |  |  |
|                     | U14-1 | U13-2 | U13-1 | U14-2 |                           |    | U15d  | U15d  |       |    |       |    | SH      | SH    | U14p                   | U15p | U13p  | U13p |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
|                     | U14-1 | U13-2 | U13-1 | U14-2 |                           |    | U15d  | U15d  |       |    |       |    | SH      | SH    |                        |      | SK    | SK   | U17p |      |      |      |      |    |  |  |  |
| 19                  |       |       |       |       |                           |    |       |       |       |    |       |    |         |       |                        |      | SH    | SH   | SK   | SK   | U17p |      |      |    |  |  |  |
|                     |       |       |       |       |                           |    |       |       |       |    | Kampe |    |         |       |                        |      |       |      |      |      | SK   | SK   | U17p |    |  |  |  |
|                     |       |       |       |       | Kampe                     |    |       |       |       |    |       |    |         |       |                        |      |       |      |      |      | SK   | SK   | U17p |    |  |  |  |
| 20                  |       |       |       |       |                           |    | Kampe |       | Kampe |    |       |    |         |       |                        |      | Kampe |      |      |      | SK   | SK   | U17p |    |  |  |  |
|                     |       |       |       |       |                           |    |       |       |       |    |       |    |         |       |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
|                     |       |       |       |       |                           |    |       |       |       |    |       |    |         |       |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
|                     |       |       |       |       |                           |    |       |       |       |    |       |    |         |       |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
| 21                  |       |       |       |       |                           |    |       |       |       |    |       |    |         |       |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |
|                     |       |       |       |       |                           |    |       |       |       |    |       |    |         |       |                        |      |       |      |      |      |      |      |      |    |  |  |  |

Træningstider efterår 2025, Plan B

(Gældende fra 1/8)

Fælleden

|       | Onsdag |       |       |       |       |       |       |       |    |    |    |    | Torsdag |       |       |       |                        |      |       |       |    |    |    |    |
|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|----|----|----|----|---------|-------|-------|-------|------------------------|------|-------|-------|----|----|----|----|
| Kl.   | A1     | A2    | A3    | A4    | A5    | A6    | B1    | B2    | C1 | C2 | C3 | C4 | A1      | A2    | A3    | A4    | A5                     | A6   | B1    | B2    | C1 | C2 | C3 | C4 |
| 13.30 | U17-1  | U17-1 | U17-1 | U17-1 |       |       |       |       |    |    |    |    |         |       |       |       |                        |      |       |       |    |    |    |    |
| -     |        |       |       |       |       |       |       |       |    |    |    |    |         |       |       |       |                        |      |       |       |    |    |    |    |
| 15.00 | U17-1  | U17-1 | U17-1 | U17-1 |       |       |       |       |    |    |    |    |         |       |       |       |                        |      |       |       |    |    |    |    |
| :     |        |       |       |       |       |       |       |       |    |    |    |    |         |       |       |       |                        |      |       |       |    |    |    |    |
| 16    |        |       |       |       |       |       |       |       |    |    |    |    |         |       |       |       |                        |      |       |       |    |    |    |    |
|       | U18-1  | U18-1 | U19-1 | U19-1 | U16-1 | U16-1 | U16-2 | U16-2 |    |    |    |    | U13-1   | U13-1 | U14-1 | U14-1 |                        |      |       |       |    |    |    |    |
|       | U18-1  | U18-1 | U19-1 | U19-1 | U16-1 | U16-1 | U16-2 | U16-2 |    |    |    |    | U13-1   | U13-1 | U14-1 | U14-1 |                        |      |       |       |    |    |    |    |
|       | U18-1  | U18-1 | U19-1 | U19-1 | U16-1 | U16-1 | U16-2 | U16-2 |    |    |    |    | U13-1   | U13-1 | U14-1 | U14-1 |                        |      |       |       |    |    |    |    |
| 17    | U18-1  | U18-1 | U19-1 | U19-1 | U16-1 | U16-1 | U16-2 | U16-2 |    |    |    |    | U13-1   | U13-1 | U14-1 | U14-1 | +1-træning<br>U10-U12d |      |       |       |    |    |    |    |
|       | U18-1  | U18-1 | U19-1 | U19-1 | U16-1 | U16-1 | U16-2 | U16-2 |    |    |    |    | U13-1   | U13-1 | U14-1 | U14-1 |                        |      | U17p  | U14p* |    |    |    |    |
|       | U15d   | U15d  | U15d  | U14d  | U14d  | U14d  | U13-1 | U13-2 |    |    |    |    | U13-1   | U13-1 | U14-1 | U14-1 |                        |      | U17p  | U15p* |    |    |    |    |
|       | U15d   | U15d  | U15d  | U14d  | U14d  | U14d  | U13-1 | U13-2 |    |    |    |    | SH-1    | SH-1  | SH-2  | SH-2  |                        |      | U17p  | U14p* |    |    |    |    |
| 18    | U15d   | U15d  | U15d  | U14d  | U14d  | U14d  | U13-1 | U13-2 |    |    |    |    | SH-1    | SH-1  | SH-2  | SH-2  | U13p U13p              |      | U17p  | U15p* |    |    |    |    |
|       | U15d   | U15d  | U15d  | U14d  | U14d  | U14d  | U13-1 | U13-2 |    |    |    |    | SH-1    | SH-1  | SH-2  | SH-2  |                        |      | U17p  | U14p* |    |    |    |    |
|       | U15d   | U15d  | U15d  | U14d  | U14d  | U14d  | U13-1 | U13-2 |    |    |    |    | SH-1    | SH-1  | SH-2  | SH-2  |                        |      | U15-1 | U16-1 |    |    |    |    |
|       | U15d   | U15d  | U15d  | U14d  | U14d  | U14d  | U13-1 | U13-2 |    |    |    |    | SH-1    | SH-1  | SH-2  | SH-2  |                        |      | U15-1 | U16-1 |    |    |    |    |
| 19    | Kampe  |       |       |       |       |       | Kampe |       |    |    |    |    | SH-1    | SH-1  | SH-2  | SH-2  | U13p                   | U13p | U15-1 | U16-1 |    |    |    |    |
|       |        |       |       |       |       |       |       |       |    |    |    |    | OB35    | SH-3  | U18-2 | U19-2 | U13p                   | U13p | U15-1 | U16-1 |    |    |    |    |
|       |        |       |       |       |       |       |       |       |    |    |    |    | OB35    | SH-3  | U18-2 | U19-2 | U13p                   | U13p | U15-1 | U16-1 |    |    |    |    |
|       |        |       |       |       |       |       |       |       |    |    |    |    | OB35    | SH-3  | U18-2 | U19-2 | SK                     | SK   |       |       |    |    |    |    |
| 20    |        |       |       |       |       |       |       |       |    |    |    |    | OB35    | SH-3  | U18-2 | U19-2 | SK                     | SK   |       |       |    |    |    |    |
|       |        |       |       |       |       |       |       |       |    |    |    |    | OB35    | SH-3  | U18-2 | U19-2 | SK                     | SK   |       |       |    |    |    |    |
|       |        |       |       |       |       |       |       |       |    |    |    |    |         |       |       |       | SK                     | SK   |       |       |    |    |    |    |
| 21    |        |       |       |       |       |       |       |       |    |    |    |    |         |       |       |       | SK                     | SK   |       |       |    |    |    |    |

\*) U14-U15 Piger har også rådighed over B3-banen.

# Træningstider efterår 2025, Plan B

(Gældende fra 1/8)

## Fælleden

|       | Fredag        |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-------|---------------|---------------|-------|-------|----|----|----|----|----|----|----|----|
| Kl.   | A1            | A2            | A3    | A4    | A5 | A6 | B1 | B2 | C1 | C2 | C3 | C4 |
| 13.30 | U17-1         | U17-1         | U17-1 | U17-1 |    |    |    |    |    |    |    |    |
| -     |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 15.00 | U17-1         | U17-1         | U17-1 | U17-1 |    |    |    |    |    |    |    |    |
| :     |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 16    |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|       |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|       |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 17    | Puljetræning* | Puljetræning* |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|       | (16.30-17.45) | (16.30-17.45) |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|       |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|       |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 18    |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|       |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|       |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|       |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 19    |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|       |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|       |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 20    |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|       |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|       |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 21    |               |               |       |       |    |    |    |    |    |    |    |    |

\*) Ekstra træningstilbud til U9-U12 Dreng

\*\*) Ekstra træningstilbud til U12 Piger

## Baneplan:



A = Nye kunstgræsbane  
B = Øvre græsbane  
C = Gamle kunstgræsbane

## Principper:

Så vidt muligt følges disse principper ved tildeling af træningstider i sor  
U12 og yngre tilbydes tider på Vestergadeanlægget og NES  
U13 og ældre tilbydes tider på Fælleden  
Miniputter, U6 og U7 tilbydes tider på 3-mandsbaner

U8-U10 tilbydes tider på 5-mandsbaner

U11-U13 tilbydes tider på 8-mandsbaner  
U14 og ældre tilbydes tider på 11-mandsbaner  
U6-U7 Piger træner samme tid og sted  
U6-U7 Drengene træner samme tid og sted  
U8-U9 Piger tilbydes tider samme tid og sted  
U8-U9 Drengene tilbydes tider samme tid og sted  
U10-U12 Piger tilbydes tider samme tid og sted  
U10-U12 Drengene tilbydes tider samme tid og sted  
U13-U15 Piger tilbydes tider samme tid og sted  
U13-U15 Drengene tilbydes tider samme tid og sted  
U17-U19 Drengene tilbydes tider samme tid og sted  
Seniorherreholdene tilbydes tider samme tid og sted  
Ved tildeling af træningstid på Normal Arena prioriteres  
højest rangerende hold fremfor lavest rangerende hold  
U9 og yngre tilbydes 2 ugentlige træningstider fra mandag til torsdag  
U10 og ældre tilbydes 3 ugentlige træningstider fra mandag til torsdag  
Træningstiderne er inddelt i flg. perioder:

1. 17.00 -18.30
2. 18.30-20.00
3. 20.00-22.00

### Banestørrelser:

|           |                 |
|-----------|-----------------|
| 3-mands:  | 21 x 13 meter   |
| 5-mands:  | 40 x 30 meter   |
| 7-mands:  | 68 x 52,5 meter |
| 8-mands:  | 68 x 52,5 meter |
| 9-mands:  | 94 x 68 meter   |
| 11-mands: | 105 x 68 meter  |