

Træningstider forår 2026, udkast 3

(Gældende fra 1/4)

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-	U17-1	U17-1	U17-1	U17-1																				
15.00	U17-1	U17-1	U17-1	U17-1																				
16	SH-1*	SH-2*	U18d*	U19-1*					U16-1*	U16-1*			SH-1*	SH-1*	SH-2*	SH-2*								
	SH-1	SH-2	U18d	U19-1					U16-1	U16-1			SH-1	SH-1	SH-2	SH-2							***	
	SH-1	SH-2	U18d	U19-1					U16-1	U16-1			SH-1	SH-1	SH-2	SH-2							***	
	SH-1	SH-2	U18d	U19-1					U16-1	U16-1			SH-1	SH-1	SH-2	SH-2							***	
17	SH-1	SH-2	U18d	U19-1					U16-1	U16-1			SH-1	SH-1	SH-2	SH-2							U13p	U13p
	**				Talenttræning								SH-1	SH-1	SH-2	SH-2	**						U13p	U13p
	U14-2**	U14-2	U14-1	U14-1	U11-U14p		U15d	U15d	U13-1	U13-1	U13-2/3	U13-2/3	SH-1	SH-1	SH-2	SH-2	+1-træning						U13p	U13p
	U14-2**	U14-2	U14-1	U14-1	U11-U14p		U15d	U15d	U13-1	U13-1	U13-2/3	U13-2/3	SH-1	SH-1	SH-2	SH-2	U13-U16d						U13p	U13p
18	U14-2**	U14-2	U14-1	U14-1	U11-U14p		U15d	U15d	U13-1	U13-1	U13-2/3	U13-2/3			U17p	U17p	**						U13p	U13p
	U14-2**	U14-2	U14-1	U14-1	U11-U14p		U15d	U15d	U13-1	U13-1	U13-2/3	U13-2/3			U17p	U17p	**						U13p	U13p
	U14-2**	U14-2	U14-1	U14-1	U11-U14p		U15d	U15d	U13-1	U13-1	U13-2/3	U13-2/3			U17p	U17p	**						U14p	U14p
	U14-2	U14-2	U14-1	U14-1	U11-U14p		U15d	U15d	U13-1	U13-1	U13-2/3	U13-2/3			U17p	U17p	**						U14p	U14p
19	U16-2	U16-2	U16-2	U16-2	Kampe						SK	SK			U17p	U17p	SH-3	SH-3					U19-2	U19-2
	U16-2	U16-2	U16-2	U16-2	Kampe						SK	SK			U17p	U17p	SH-3	SH-3					U19-2	U19-2
	U16-2	U16-2	U16-2	U16-2	Kampe						SK	SK					SH-3	SH-3					U19-2	U19-2
	U16-2	U16-2	U16-2	U16-2	Kampe						SK	SK					SH-3	SH-3					U19-2	U19-2
20	U16-2	U16-2	U16-2	U16-2	Kampe						SK	SK					SH-3	SH-3					U19-2	U19-2
	U16-2	U16-2	U16-2	U16-2	Kampe						SK	SK					SH-3	SH-3					U19-2	U19-2

*) U16, U18, U19 og SH træner fra kl. 15.45-17.15.

***) Målmandstræning U13-U16 Dreng i straffesparksfeltet

*) SH træner fra kl. 15.45-17.15.

***) Målmandstræning U13-U16 Dreng (talent) i straffesparksfeltet

****) Målmandstræning Piger i straffesparksfeltet

Antal mål:	11	8	5	3
Bane A	4	8	10	10
Bane B	3	6	0	0
Bane C	4	4	6	8

Træningstider forår 2026, udkast 3

(Gældende fra 1/4)

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*	U18-2*	U18-2*			U16d*	U16d*	U16d*	U16d*	SH-1	SH-1	U14-1	U14-1														
	U18-1	U18-1	U19-1	U19-1	U18-2	U18-2			U16d	U16d	U16d	U16d	SH-1	SH-1	U14-1	U14-1														
	U18-1	U18-1	U19-1	U19-1	U18-2	U18-2			U16d	U16d	U16d	U16d	SH-1	SH-1	U14-1	U14-1														
	U18-1	U18-1	U19-1	U19-1	U18-2	U18-2			U16d	U16d	U16d	U16d	SH-1	SH-1	U14-1	U14-1														
17	U18-1	U18-1	U19-1	U19-1	U18-2	U18-2			U16d	U16d	U16d	U16d	SH-1	SH-1	U14-1	U14-1			U16-1		U15-1	U15-1	U13-1	U13-1						
	U15d	U15d	U15d	U15d			U13-1	U13-2/3	U14d	U14d	U14d	U14d	SH-1	SH-1	U14-1	U14-1	*		U16-1		U15-1	U15-1	U13-1	U13-1						
	U15d	U15d	U15d	U15d			U13-1	U13-2/3	U14d	U14d	U14d	U14d	U13p	U13p	U13p	U13p			U16-1	U14p	U15-1	U15-1	U13-1	U13-1						
	U15d	U15d	U15d	U15d			U13-1	U13-2/3	U14d	U14d	U14d	U14d	U13p	U13p	U13p	U13p			U16-1	U17p	U15-1	U15-1	U13-1	U13-1						
	U15d	U15d	U15d	U15d			U13-1	U13-2/3	U14d	U14d	U14d	U14d	U13p	U13p	U13p	U13p	*		U16-1	U15p	U15-1	U15-1	U13-1	U13-1						
	U15d	U15d	U15d	U15d			U13-1	U13-2/3	U14d	U14d	U14d	U14d	U13p	U13p	U13p	U13p	*			U17p										
													U13p	U13p	U13p	U13p				U15p										
19	Kampe																		SH-3	U19-2			SK	SK						
												U16-2	U16-2											SH-3	U19-2			SK	SK	
												U16-2	U16-2											SH-3	U19-2			SK	SK	
												U16-2	U16-2											SH-3	U19-2			SK	SK	
												U16-2	U16-2											SH-3	U19-2			SK	SK	
												U16-2	U16-2											SH-3	U19-2			SK	SK	
20	Kampe												OB35	OB35						SH-3	U19-2			SK	SK					
																		OB35	OB35						SH-3	U19-2			SK	SK
																		OB35	OB35											
																		OB35	OB35											

*) U16, U18 og U19 træner fra kl. 15.45-17.15.

*) Målmandstræning U9-U12 Drengene i straffesparksfeltet

Antal mål:	11	8	5	3
Bane A	4	8	10	10
Bane B	3	6	0	0
Bane C	4	4	6	8

Træningstider forår 2026, udkast 3

(Gældende fra 1/4)

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* (16.30-17.45)		Puljetræning* (16.30-17.45)		AKS-træning**			AKS-træning**				
18	Kampe				AKS-træning**			AKS-træning**				
19					AKS-træning**			AKS-træning**				
20					AKS-træning**			AKS-træning**				

*) Ekstra træningstilbud til U9-U12 Drengene

***) Ekstra træningstilbud til U12 Piger

Baneplan:



B = Øvre græsbane

C = Gamle kunstgræsbane

Så vidt muligt følges disse principper ved tildeling af træningstider i sommerhalvåret:

U12 og yngre tilbydes tider på Vestergadeanlægget og NES

U13 og ældre tilbydes tider på Fælled

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