Allerød Fodbold Klub

Træningstider på græs Forår 2023 Gældende fra uge 16

Mandag	Bane 2	Bane 3	Bane 4	Bane 5	Bane 6	Bane 7	Bane 8	Bane 9 (5m)	Bane 10 (3m)	Kunsten	Mandag
17.00-17.30	U7-U8+U9 Piger (14-16)	U11 + U12 piger (11+12)	U13 Piger (10)	U10 piger (13)	U14 (09)	U11 (12)	U12 (11)	U8 (15)		U7 (16)	17.00-17.30
17.30-18.00											17.30-18.00
18.00-18.30											18.00-18.30
18.30-19.00	U15 (08)	U15 (08)	U16 piger (07-09)	U16 piger (07-09)	KS-1	KS-2	U18 piger	Fodbold-fitness		HS 1	18.30-19.00
19.00-19.30											19.00-19.30
19.30-20.00											19.30-20.00
20.00-20.30										Kamp	20.00-20.30
20.30-21.00											20.30-21.00
21.00-21.30											21.00-21.30
Tirsdag	**Bane 2**	**Bane 3**	**Bane 4**	**Bane 5**	**Bane 6**	**Bane 7**	**Bane 8**	**Bane 9 (5m)**	**Bane 10 (3m)**	**Kunsten**	**Tirsdag**
17.00-17.30		U9 (14)	U17 (06+07)	U17 (06+07)		U10 (13)	U13 (10)				17.00-17.30
17.30-18.00											17.30-18.00
18.00-18.30											18.00-18.30
18.30-19.00		U19 (04+05)				HS 2	HS 3			HS 1	18.30-19.00
19.00-19.30											19.00-19.30
19.30-20.00											19.30-20.00
20.00-20.30										Kamp	20.00-20.30
20.30-21.00											20.30-21.00
21.00-21.30											21.00-21.30
Onsdag	**Bane 2**	**Bane 3**	**Bane 4**	**Bane 5**	**Bane 6**	**Bane 7**	**Bane 8**	**Bane 9 (5m)**	**Bane 10 (3m)**	**Kunsten**	**Onsdag**
17.00-17.30	U7-U8+U9 Piger (14-16)	U11 + U12 piger (11+12)	U13 Piger (10)	U10 piger (13)	U14 (09)	U11 (12)	U12 (11)	U8 (15)		U7 (16)	17.00-17.30
17.30-18.00											17.30-18.00
18.00-18.30											18.00-18.30
18.30-19.00	U15 (08)	U15 (08)	U16 piger (07-09)	U16 piger (07-09)	KS-1	KS-2	U18 piger			Kamp	18.30-19.00
19.00-19.30											19.00-19.30
19.30-20.00											19.30-20.00
20.00-20.30										Kamp	20.00-20.30
20.30-21.00											20.30-21.00
21.00-21.30											21.00-21.30
Torsdag	**Bane 2**	**Bane 3**	**Bane 4**	**Bane 5**	**Bane 6**	**Bane 7**	**Bane 8**	**Bane 9 (5m)**	**Bane 10 (3m)**	**Kunsten**	**Torsdag**
17.00-17.30		U9 (14)			U14 (09)	U10 (13)	U13 (10)			U6 (17)	17.00-17.30
17.30-18.00											17.30-18.00
18.00-18.30											18.00-18.30
18.30-19.00		U19 (04+05)	U16 piger (07-09)	U16 piger (07-09)	KS-1	HS 2	HS 3			HS 1	18.30-19.00
19.00-19.30											19.00-19.30
19.30-20.00											19.30-20.00
20.00-20.30										OB træning + kamp	20.00-20.30
20.30-21.00											20.30-21.00
21.00-21.30											21.00-21.30
Fredag	**Bane 2**	**Bane 3**	**Bane 4**	**Bane 5**	**Bane 6**	**Bane 7**	**Bane 8**	**Bane 9 (5m)**	**Bane 10 (3m)**	**Kunsten**	**Fredag**
15:30-16:00											15:30-16:00
16:00-16:30											16:00-16:30
16.30-17.00						U15 (08)					16.30-17.00
17.00-17.30										AFK Akademi	17.00-17.30
17.30-18.00											17.30-18.00
18.00-18.30											18.00-18.30
18.30-19.00											18.30-19.00
19.00-19.30											19.00-19.30
19.30-20.00											19.30-20.00
Lørdag	**Bane 2**	**Bane 3**	**Bane 4**	**Bane 5**	**Bane 6**	**Bane 7**	**Bane 8**	**Bane 9 (5m)**	**Bane 10 (3m)**	**Kunsten**	**Lørdag**
08.00 - 08.30											08.00 - 08.30
08.30 - 09.00											08.30 - 09.00
09.00 - 09.30										U4/U5 (2018+19) U6 (17)	09.00 - 09.30
09.30 - 10.00											09.30 - 10.00
10.00 - 10.30											10.00 - 10.30
10.30 - 11.00											10.30 - 11.00
11.00 - 11.30											11.00 - 11.30
Søndag	**Bane 2**	**Bane 3**	**Bane 4**	**Bane 5**	**Bane 6**	**Bane 7**	**Bane 8**	**Bane 9 (5m)**	**Bane 10 (3m)**	**Kunsten**	**Søndag**
08.00 - 08.30											08.00 - 08.30
08.30 - 09.00											08.30 - 09.00
09.00 - 09.30											09.00 - 09.30
09.30 - 10.00											09.30 - 10.00
10.00 - 10.30											10.00 - 10.30
10.30 - 11.00											10.30 - 11.00
11.00 - 11.30											11.00 - 11.30