



Træning 1. kvartal 2017



Regler for Træningsbaner og Omklædningsrum

HG FODBOLD

Fra baneudvalget

den 27/1-2017

Regler for benyttelse af træningsbanerne og omklædningsrummene:

1. Vær behjælpelig med at få alle mål (store som små) på plads.
Når man er færdig med sin træning **SKAL** målene sættes på plads.
Det er ikke sjovt en årgang U9 eller U10, skal flytte store mål.
2. Agility og brug af stiger **SKAL** foregå uden for banearealerne – også gerne opvarmningen hvis det er muligt.
3. Alle medbragte fællesmaterialer og jyske mål til træningsarealerne skal retur til materialerummet efter endt træning.
4. Når man er færdig med træningen slukker man for lyset – sidste ”mand” på banerne slukker lyset.
5. Ingen må have fodboldstøvler på i omklædningsrummene og på 1. sal i klubhuset.
6. Rengøring af fodboldstøvler skal foregå ved trappeopgang til 1. sal og må ikke foregå i omklædningsrummene.
7. Påfyldning af vanddunke skal foregå ved trappeopgang til 1. sal.
8. Kontakt undertegnede hvis man ønsker tilretning af noget ifm. træningsbanerne og omklædningsrummene og jeg vil prøve at være behjælpelig.

HUSK egentlig bare at I og spillerne rydder op efter Jer på både træningsbanerne, kampbanerne og i omklædningsrummene inden I forlader det ☺

Med sportslig hilsen

Jens-Erik Petersen
mobilnr. 21 44 14 06 eller mail dorritmpetersen@gmail.com



Træning 1. kvartal 2017



Tidspunkt/Banefordeling/Omklædning i uge 5 – 7 (30/1 – 19/2)

HG FODBOLD:

Mandag	U15-drenge	17.00 – 18.30	½ 1A + ½ TR-Kunst	4
	U16-drenge	17.00 – 18.30	½ 1A + ½ TR-Kunst	5
	U14-piger	18.30 – 20.00	TR-Kunst	14
	U14-drenge	18.30 – 19.00	½ 1A	Ingen
	1. Division Kvinder	18.30 – 20.00	½ 1A	1
	DS Herresenior	19.00 – 21.30	½ 1A kl. 19.00-20.00 + 1A kl. 20.00-20.30	9
	Herresenior 2+3	20.00 – 22.00	TR-K. kl. 20.00-20.30 + ½ 1A kl. 20.30-22.00	10
	KARREBÆK IF	20.00 – 22.00	TR-K. kl. 20.00-20.30 + ½ 1A kl. 20.30-22.00	15+16
Tirsdag	U8-piger	17.00 – 18.30	TR-Kunst	14
	U12-piger	17.00 – 18.30	1/3 1A	15
	U14-piger	17.00 – 18.30	1/3 1A	16
	U16-piger	17.00 – 18.30	1/3 1A	16
	U18-piger	18.30 – 20.00	½ 1A	2
	1. Division Kvinder	18.30 – 20.00	½ 1A	1
	U17-drenge	20.00 – 22.00	¼ 1A	4
	U19-drenge	20.00 – 22.00	¼ 1A	5
	FC 77 NÆSTVED	20.00 – 22.00	½ 1A	6+7
Onsdag	U9-drenge	16.30 – 17.30	TR-Kunst	4
	U11-drenge	16.30 – 17.30	1A kl. 16.30-17.00 + ½ 1A kl. 17.00-17.30	5
	U12-drenge	17.00 – 17.30	½ 1A	6
	U8-drenge	17.30 – 18.30	TR-Kunst	5
	U13-drenge	17.30 – 19.30	½ 1A kl. 17.30-19.00 + ¼ 1A kl. 19.00-19.30	6
	U14-drenge	17.30 – 19.30	½ 1A kl. 17.30-19.00 + ¼ 1A kl. 19.00-19.30	7
	KARREBÆK IF	18.30 – 20.00	TR-Kunst kl. 18.30-19 + ½ 1A kl. 19.00-20.00	15+16
	DS Herresenior	19.00 – 20.30	TR-Kunst kl. 19-19.30 + ½ 1A kl. 19.30-20 + 1A kl. 20-20.30	9
	Old Boys/Veteraner	20.00 – 22.00	TR-Kunst kl. 20-21 + ½ 1A kl. 20.30-22.00	4+5
	Herresenior 2	20.30 – 22.00	½ 1A	10
Torsdag	U15-drenge	17.00 – 18.30	¼ 1A + ½ TR-Kunst	4
	U16-drenge	17.00 – 18.30	¼ 1A + ½ TR-Kunst	5
	U17-drenge	17.00 – 18.30	½ 1A	6
	U16-piger	18.30 – 19.30	TR-Kunst kl. 18.30-19 + ½ TR-Ku. kl. 19-19.30	16
	U18-piger	18.30 – 20.00	½ 1A kl. 18.30-19.30 + TR-Kunst kl. 19.30-20	2
	1. Division Kvinder	18.30 – 20.00	½ 1A	1
	DS Herresenior	19.00 – 21.00	½ TR-Kunst kl. 19-19.30 + ½ 1A kl. 19.30-21	9
	U19-drenge	20.00 – 22.00	½ 1A kl. 20-21 + 1/3 1A kl. 21-21.30 + ½ 1A kl. 21.30-22	5
	Herresenior 3	20.00 – 22.00	TR-Kunst kl. 20-21 + 1/3 1A kl. 21-21.30 + ½ 1A kl. 21.30-22.00	10
Fredag	U12-drenge	16.00 – 17.30	1A kl. 16.00-17.00 + ½ 1A kl. 17.00-17.30	4
	U13-drenge	16.00 – 18.00	TR-Kunst	5
	U12-piger	17.00 – 18.30	½ 1A	15
	U14-piger	17.30 – 18.30	½ 1A	16
	FC 77 NÆSTVED	18.30 – 20.00	1A	6+7
Søndag	Old Boys/Veteraner	10.00 – 12.00	1A	4+5
Alle dage	Dommere/trænere			8

HG ATLETIK, TRIATLON & MOTION:

Alle dage	ALLE		Stadion	11-14
-----------	------	--	---------	-------