

Riktlinjer för träningstider och planer

Prioritetsordning: Yngsta lagen tidigt, äldsta lagen sent. Äldsta lagen på naturgräset, yngsta lagen på konstgräset, 9-manna på Bågskytteplanen.

Lag		Period 1	Period 2	"Högsäsong"	
U16	11	Halvplan konstgräs och/eller inomhus	Halvplan konstgräs	Helplan	2-3 tr/v
U15	11 mot 11				2-3 tr/v
U14	9	Delad Halvplan konstgräs och/eller inomhus			2-3 tr/v
U13	9 mot 9				2-3 tr/v
U12	7	Endast inomhus	Halvplan konstgräs	Halvplan eller <i>Bågis</i>	1-2 tr/v
U11	7 mot 7				1-2 tr/v
U10	7				1-2 tr/v
U9	5	Endast inomhus	Halvplan konstgräs	Halvplan eller <i>Bågis</i>	1 tr/v
U8	5 mot 5				1 tr/v
Knatte		Ingen träning	Ingen träning	Helplan x1	1 tr/v

Period	Ungefärlig tid	Aktuella planer
Period 1	Januari - Mars	Kopparvallen konstgräs, gymnastiksal
Period 2	Mars – April	Kopparvallen konstgräs, Slätta konstgräs, gymnastiksal
Högsäsong	April/Maj - September	Slätta naturgräs, Slätta konstgräs, Bågskytteplanen

