

### TRENINGSTIDER NATURMUR HALLEN HØST 2022 - VÅR 2023

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
15.30-16.00					
16.00 - 16:30					
16:30 - 17:00	Fotball	Håndball		Badminton U11	Fotball
17:00 - 17:30			All-idrett		
17:30 - 18:00	Badminton	Bord tennis		Badminton	Håndball
18:00 - 18:30		Håndball UH	Mulig halltid for Innebandy		
18:30 - 19:00			Allaktivitet UH		
19:00 - 19:30	Fotball	Fotball	Fotball	Badminton	Fotball
19:30 - 20:00				Badminton	
20:00 - 20:30				Badminton	
20:30 - 21:00	Volley- ball TT	Fotball			
21:00 - 21:30	Brægen IL			Innebandy ekstern	
21:30 - 22:00	LEDIG			LEDIG	

	Lørdag	Søndag
11.00-12.00	1/3 hall Badminton	Fotball
12.00-13.00	1/3 hall Badminton	
13.00-14.00	LEDIG	
14.00-15.00	LEDIG	
15.00-16.00	LEDIG	LEDIG
16.00-17.00	LEDIG	LEDIG
17.00-18.00	LEDIG	Fotball
18.00-19.00	LEDIG	
19.00-20.00	LEDIG	Old Boys KH
20.00-21.00	LEDIG	
21.00-22.00	LEDIG	LEDIG

### TRENINGSTIDER GYMSALEN HØST 2022 - VÅR 2023

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag
17:00 - 17:30	Boksing		Boksing	Boksing
17:30 - 18:00				
18:00 - 18:30				
18:30 - 19:00				
19:00 - 19:30		Skigruppa		
19:30 - 20:00				