

### 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 G7 f. 2015	Håndball	All-idrett	Badminton U11	Fotball G/J6 f. 2016
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00	Badminton	Bord tennis		Badminton	Håndball
18.00 - 18.30		Håndball UH	Mulig halltid for Innebandy	Allaktivitet UH	
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30	Fotball G9 f. 2013	Fotball J12 f. 2010	Fotball Old Boys	Badminton	Fotball G14 f. 2009 18.00-20.30
19.30 - 20.00				Badminton	
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00	Volley- ball TT	Brægen IL	Fotball G15 f. 2007	Fotball G14 f. 2008	Innebandy eksternt
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					

	Lørdag	Søndag
10.00-11.00	Sirkeltrening KH	
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	Diskgolf-Puttertrening kl. 16.00-1730	LEDIG
17.00-18.00		Fotball J17
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	Bueskyttere F.M	Boksing	Boksing
17.30 - 18.00				
18.00 - 18.30				
18.30 - 19.00				
19.00 - 19.30		Skigruppa		
19.30 - 20.00				