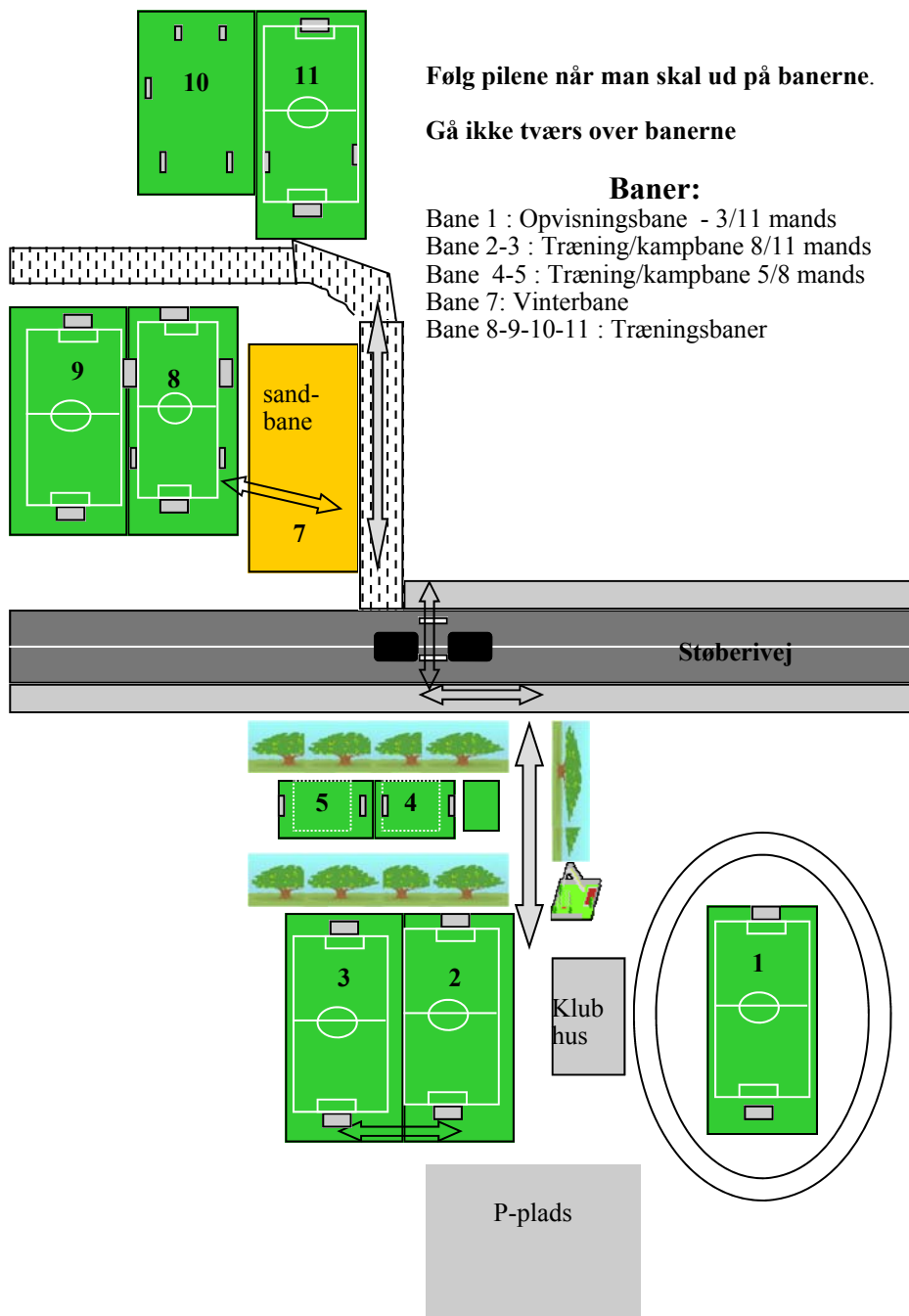


TRÆNINGSTIDER FØLGER UNDER BANEOVERSIGTEN.

Baneoversigt Aars IK



TRÆNINGSTIDER FORÅR 2018, GÆLDENDE FRA 7. MAJ

MANDAG	KUNSTGRÆS		BANE 2	BANE 3		BANE 4		BANE 5	
16.30 - 17.00	U10-D	U11-D		U10-P					
17.00 - 17.30	17.00 - 18.30	16.30 - 18.00		16.45-18.15			U8-D		
17.30 - 18.00	5-mands	8-mands		8-mands (3A)	U11-P		17.00-18.00		U9-D
18.00 - 18.30					17.30-19.00		5-mands		17.30-18.30
18.30 - 19.00					8-mands (3B)				5-mands
19.00 - 19.30									
19.30 - 20.00									
20.00 - 20.30									
TIRSDAG	KUNSTGRÆS		BANE 2	BANE 3		BANE 4		BANE 5	
16.30 - 17.00	U12-U15-P								
17.00 - 17.30	16.15 - 17.45								
17.30 - 18.00	8+11-mands	U15-D							
18.00 - 18.30		17.30 - 19.00							
18.30 - 19.00		11-mands							
19.00 - 19.30									
19.30 - 20.00									
20.00 - 20.30									
ONSDAG	KUNSTGRÆS		BANE 2	BANE 3		BANE 4		BANE 5	
16.30 - 17.00	U10-P			U11-D					
17.00 - 17.30	16.45-18.15		Fodbold for små fødder	16.30 - 18.00	U9-P	U7-P	U6/U7-D	U8-D	U6/U7-D
17.30 - 18.00	8-mands	U11-P	17.00-18.00	8-mands (3A)	17.00-18.30	17.00-18.30	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00
18.00 - 18.30		17.30-19.00			5-mands (3B)	3-mands	3-mands	5-mands	3-mands
18.30 - 19.00		8-mands							5-mands
19.00 - 19.30									
19.30 - 20.00									
20.00 - 20.30									
TORSDAG	KUNSTGRÆS		BANE 2	BANE 3		BANE 4		BANE 5	
16.30 - 17.00		Målmands-træning							
17.00 - 17.30	U12-U15-P	16.45-18.15				U12-D			
17.30 - 18.00	17.00 - 18.30					17.00 - 18.30			
18.00 - 18.30	8+11-mands					8-mands			U9-D
18.30 - 19.00	U15-D								17.30-18.30
19.00 - 19.30	18.30 - 20.00								5-mands
19.30 - 20.00	11-mands								
20.00 - 20.30									

U6/7/8 benytter boldstørrelse 3. * U9 til U14 benytter boldstørrelse 4, samt U15 piger. * U15 drenge og ældre benytter boldstørrelse 5. * U16 piger og ældre benytter boldstørrelse 5.

OBS!!! - Såfremt det er muligt, benyt områder udenfor banerne når i spiller kant, benytter stiger osv.

Sæt mål og kegler på plads igen efter træning, det er en stor hjælp til vores bane/stadion mandskab når de klipper græsset for dig!!

GRÆSBANER: 11-mands mål skubbes ned bagved baglinien, 3-5-8-mands mål stilles ud på den anden side af sidelinien.

KUNSTGRÆSBANEN: 11-mands mål ned bag baglinien, alle andre mål stilles helt ud til bander, de skal IKKE stå midt på løbebanen.

TRÆNINGSTIDER FORÅR 2018, GÆLDENDE FRA 25. APRIL.

MANDAG	BANE 7 - LYS-SANDBANE	BANE 8 - LYSBANE	BANE 9 - LYSBANE	BANE 10	BANE 11
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00		U17-D 18.00-19.30	U14-D 17.00 - 18.30 11-mands	U12-D 17.00 - 18.30 8-mands	U13-D 17.30 - 19.00 8-mands
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
TIRSDAG	BANE 7 - LYS-SANDBANE	BANE 8 - LYSBANE	BANE 9 - LYSBANE	BANE 10	BANE 11
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00		DAME SENIOR 18.00-19.30			
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					U19-D 19.00-20.30
20.00 - 20.30					HERRE SENIOR 19.00-20.30
ONSDAG	BANE 7 - LYS-SANDBANE	BANE 8 - LYSBANE	BANE 9 - LYSBANE	BANE 10	BANE 11
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00		U17-D 18.00-19.30			
19.00 - 19.30			Serie 6 18.00-19.30		
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
TORS DAG	BANE 7 - LYS-SANDBANE	BANE 8 - LYSBANE	BANE 9 - LYSBANE	BANE 10	BANE 11
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30		U14-D 17.00 - 18.30 11-mands			
17.30 - 18.00			U15-D 17.30 - 19.00 11-mands		U13-D 17.30 - 19.00 8-mands
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00		DAME SENIOR 18.30-20.00			
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					U19-D 20.00-21.30
20.30 - 21.00					HERRE SENIOR 20.00-21.30
21.00 - 21.30					

U6/7/8 benytter boldstørrelse 3. * U9 til U14 benytter boldstørrelse 4, samt U15 piger. * U15 drenge og ældre benytter boldstørrelse 5. * U16 piger og ældre benytter boldstørrelse 5.

OBS!!! - Såfremt det er muligt, benyt områder udenfor banerne når i spiller kant, benytter stiger osv.

Sæt mål og kegler på plads igen efter træning, det er en stor hjælp til vores bane/stadion mandskab når de klipper græsset for dig!!

GRÆSBANER: 11-mands mål skubbes ned bagved baglinien, 3-5-8-mands mål stilles ud på den anden side af sidelinien.

KUNSTGRÆSBANEN: 11-mands mål ned bag baglinien, alle andre mål stilles helt ud til bänder, de skal IKKE stå midt på løbebanen.