

mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag	lørdag	søndag
mini 6- 9 og 10-11 år (maxi) 17:00-18:15 i Hedegårdshallen (Mette) - Mike - Tobias - Rebecca S		mini 6- 9 og 10-11 år (maxi) 17:30-19:00 <u>Super Arenaen</u> Mette - Tobias - Mike				
Boblere12-13 år 16:30 - 18:15 i Hedegårdshallen Kasper - Nanna - Rebecca N - Ida J		Boblere12-13 år 17:30-19:15 i Super Arenaen Kasper - Ida J - Lars				
Sprint/Spring 14-17 18:30 - 21:00 I Hedegårdshallen Emil Jespersen	Sprinbgtræning 18:00 - 20:00 i Sundhedshuset	Sprint/Spring 14-17 18:30 - 21:00 I super Arenaen Emil Jespersen - Rasmus J		Sprint/Spring 14-17 aftales med træner Emil Jespersen		
Elite + spring/sprint fra 16 år + senior/veteran 18:30-21:00 Tommy Rønning		Elite + spring/sprint + senior/veteran 18:30 - 21:00 Tommy Rønning	Elite + spring/sprint I Hedegårdshallen aftales med træner Tommy Rønning		Elite + spring/sprint	Elite + spring/sprint
kastere fra 14 år aftales med Træner Uffe Jensen	Kastere 19-21:00 superarenaen Uffe Jensen		Kastere 18:00 I Hedegårdshallen Uffe Jensen		Kastere	Kastere
Løbere fra 14 år 18:00-20:00 Mødested Hedegårdshallen Per - Stephan		Løberne fra 14 år 18:00-20:00 Mødested Super Arenaen Stephan - Per	Skovtræning aftales med træner		Løbetræning fra Klubhuset aftales med træner	
Motion spejlsalen 17:00-18:00 Connie - Heidi - Heidi		Motion I klubhuset kl. 17:30 - 18:30 Connie - Heidi - Iver				

Spicial træning på andre dage aftales med træner.....