

Treningsplan vinter 2015-2016
Fra 1.nov-2015

BANE / kl. slett	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Kl:slett helg	Lørdag	Søndag
Breddebanen								
16:00	SIF TF	SIF TF	SIF TF	SIF TF	SIF TF			
19:00	G13 - G14	G15 - G16	G11/ G12	G15 - G16	G14			
20:30	G15 -16	SIF Jr/A	Jr /A	Jr /A				
22:00								
23:30								
Gulskogen Arena						10:00	G13/ G14	
16:00		G 2004 / G14		G2005/G13		11:30	Ledig (kamptid)	
17:30	Jr/ A				G15 - G16	13:00		
19:00								
20:30								
22:00						17:00	Kamptid	
Talentgården								
17:00	SIF 2009	G 2003(G13)		G 2006				
17:30								
18:00	SIF 2006	G 2005	G 2007	G 2008	G2004			
18:30			1/2 bane					
19:00								
19:30								
20:00								
20:30								
Rødskog skole								
17:00		2008	Skolen diponerer	Stian Lund				
18:00			Skolen diponerer					
18:30			Skolen diponerer	HÅNDBALL				
20:00	HÅNDBALL		Skolen diponerer					
21:00			Skolen diponerer					
Gulskogen Skole								
17:00		2007						
18:00								