

Træningsskema for fuldtidsmedlemmer 2024

Start 2. april. Sluttidspunkter. Se under skemaet

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag	
Morgen	Simon har fri							
Formiddag				10:00-10:50* Holdtræning			10:00-11:00 Rekruttering maj + august	09:00-16:00 Golfkørekort max 10 pers.
					13:00-13:50* Holdtræning		10:00-11:00 Hvalunger (ikke Simon)	
Eftermiddag							11:00-11:50 Introtræning (hold)	
			16.30-17.00 Junior u24			16:00-16:50 Holdtræning		
Aften			17:00-17:50 Juniortræning	17:00-17:50* Holdtræning	17:00-17:50 Juniortræning			
			18:00-19:50 Eliten	18:00-18:50 Begyndertræning	18:00-18:50* Holdtræning			
				19:00-19:50 Begyndertræning				

*Holdtræning med Simon. Program for holdtræning som kan ses på hjemmesiden. **1 hold pr. medlem pr. uge**

Holdtræning: 6 hold i april, maj og juni i alle uger. De første 2 uger af juli. 5 uger i august.

Kun Introtræning kører i september. Ellers ingen hold

Begyndertræning 2 timer pr. uge i april, maj, juni og juli, 1 hold i september. Ingen hold i oktober

Eliten starter 2.4. og slutter 10.9.

Juniortræning starter 2.4. og slutter 10.10.

