



## 2023-24 07 Traeningsbaner, graes, 30. oktober - 31. marts.docx

### Træningsbanefordeling - ((Årgange (farve = banestørrelse)) (Forventet antal) – omklædningsrum

Dag/bane	Tid	2 (kunst)	5 (kunst)	6 (kunst)
<b>Mål</b>		3*11 – 8*3	4*11 – 4*8 – 4*5 – 8*3	4*11 – 4*8 – 4*5 – 8*3
<b>Mandage</b>	15.30-17.00	U19-1 (2005-06) (20) – 8	U14-1 (2010) (18) – 21 U15-1 (2009) (18) – 22	U17-1 (2007-08) (20) - 23
	17.00-18.30	U13-1 (2011) - (18) - 17	U15-2 (2009) (20) – 14 U14-2 (2010) (20) – 24	U09 (2015) (20) – 9 U10 (2014) (15) – 16 U11 (2013) (15) - 16 U12 (2012) (25) – 11
O-rum til kampe: 12-17-21-22-25	18.30-20.00	2. senior (18) – 5 U19-2 (2005-06) (20) – 23		U17-2+U16-2 (2007-08) (35) - 8
<b>Tirsdays</b>	15.30-17.00	U17-1 (2007-08) (20) – 23	U19-1 (2005-06) (20) - 8	U14-1 (2010) (18) – 21 U15-1 (2009) (18) – 22
	17.00-18.30	U14-2-3 (2010) (35) – 24	U13-1 (2011) (18) - 17 U13-2-3 (2011) (30) - 12	U10 (2014) (15) - 16 U11 (2013) (15) - 16 U12 (2012) (25) - 11
O-rum til kampe: 22-25	18.30-20.00	2. senior (18) - 5 3. senior (20) – 5 4. senior (20) – 21	U15-2-3 (2009) (35) – 14 U19-2-3 (2005-06) (40) - 23	U17-2-3 & U16 (2007-08) (75) - 8+9
<b>Onsdage</b>	15.30-17.00			
	17.00-18.30	U07 (2017) (40)	U08 (2016) (30) – 17 U09 (2015) (20) - 9	
O-rum til kampe: 8-11-12-14-16-21-22-23-24-25	18.30-20.00			Old boys - 5
<b>-Torsdays</b>	15.30-17.00	U19-1 (2005-06) (20) - 8	U14-1 (2010) (18) – 21 U15-1 (2009) (18) – 22	U17-1 (2007-08) (20) - 23
	17.00-18.30	U14-2-3 (2010) (35) - 24	U13-1 (2011) (18) - 17 U13-2-3 (2011) (30) - 12	U10 (2014) (15) - 16 U11 (2013) (15) - 16 U12 (2012) (25) - 11
O-rum til kampe: 22-25	18.30-20.00	2. senior (18) - 5 3. senior (20) – 5 4. senior (20) – 21	U15-2-3 (2009) (35) - 14 U19-2-3 (2005-06) (30) - 23	U17-2-3 & U16 (2007-08) (75) - 8+9
<b>Fredage</b>	15.30-17.00	U19-1 (2005-06) (20) – 8	U17-1 (2007-08) (20) - 23	U15-1 (2009) (18) - 22
O-rum til kampe: 9-11-12-14-21-24-25	17.00-18.30		Randers Freja FC Topcenter U10-U12 - 16+17	Randers Freja FC U13-aspirant
<b>Lørdage</b>	09.30-11.00	U07 (2017) (40)	U08 (2016) (30) – 17	

- ♣ *Fleksibilitet, tolerance og forståelse er nøgleord.*
- ♣ *Omkledning 1-4 i admin.bygning; 5-6 i klubhuset; 8-23 i vesttribunebygning; 24-25 i nordtribunebygning.*
- ♣ *Det er en TRÆNEROPGAVE at holde disciplinen med anvendelse af de rigtige omklædningsrum – og føre tilsyn med samme.*
- ♣ *Lørdagstræningstiderne herudover bestilles særskilt. Kampe har første prioritet.*
- ♣ *Alle helligdage regnes som søndage – altså træningsfridage.*
- ♣ *Alle skal respektere ovenstående tider. Banen SKAL være ryddet for spillere og rekvisitter, når ny træningstid starter.*
- ♣ *Bane 2 er kampbane og træningsbane for 3- og 11-mands.*
- ♣ *Bane 3 er primært kampbane.*
- ♣ *Divisionsholdet har således bane 9 alene.*
- ♣ *Mål skal stilles på plads udenfor 11-mandsbanen. Små mål er til små spillere.*
- ♣ *Der må ikke flyttes mål mellem banerne.*