



Träningsider Ödsmåls IP 2024

Vinter 11/3 - 7/4

Vecka 11-14

Konstgräsplanen

Ändrad: 2024-03-08

Version: 1

Mån	1/2-plan	1/2-plan	Tis	1/2-plan	1/2-plan	Ons	1/2-plan	1/2-plan	Tors	1/2-plan	1/2-plan	Fre	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30			17.00 - 17.30			17.00 - 17.30			17.00 - 17.30			17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-09/10 N1 + N2		17.30 - 18.00	Utvdam N1 + N2	P-11/12 N3 + N4	17.30 - 18.00	Teknik N1 F-11/12 N2		17.30 - 18.00	P-09/10 N1 + N2	P-13/14 N3 + N4	17.30 - 18.00	Utvdam N1 + N2	F-11/12 F-13/14 N3 + N4
18.00 - 18.30			18.00 - 18.30					18.00 - 18.30						
18.30 - 19.00			18.30 - 19.00					18.30 - 19.00						
19.00 - 19.30	Dam A N1 + N2	Sundet N3 + N4	19.00 - 19.30	Herr A N1 + N2 (uppv 18.30)		19.00 - 19.30	Dam A N1 + N2	Sundet N3 + N4	19.00 - 19.30	Dam A N1 + N2	Herr A N3 + N4 (uppv 18.30)	19.00 - 19.30		
19.30 - 20.00					19.30 - 20.00				19.30 - 20.00				19.30 - 20.00	
20.00 - 20.30					20.00 - 20.30				20.00 - 20.30				20.00 - 20.30	
20.30 - 21.00					20.30 - 21.00				20.30 - 21.00				20.30 - 21.00	

Lör	1/2-plan	1/2-plan	Sön	1/2-plan	1/2-plan
10.00 - 21.00	10.00 - 12.00 Spontanfotboll Teknikträning		10.00 - 21.00	10.00 - 11.30 P-15/16 N1 + N2	
	16.00 - 17.30 P-11/12 N1 + N2	16.00 - 17.30 F-13/14 N3 + N4			

Väst

N2

N4

N1

N3

Öst

Ljusgröna ytor är de som är upplysta vid mörker. Notera att N1/N2 är större än N3/N4