



Träningsider Ödsmål IP 2024

v.15 8/4 - 14/4

Vecka 15

Konstgräsplanen

Ändrad: 2024-04-11 Version: 1

Mån	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-09/10 (N1+N2)	
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30	Dam A (N1+N2)	Sundet (N3+N4)
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

Tis	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-13/14 (N1+N2)	Utvdam (N3+N4)
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30	Herr A (N1+N2) (uppv 18.30)	P-11/12 (N3+N4)
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

Ons	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-13/14 (N1) P-15/16 (N2)	F-11/12 F-13/14 (N3) F-15/16 (N4)
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30	Dam A (N1+N2)	Sundet (N3+N4)
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

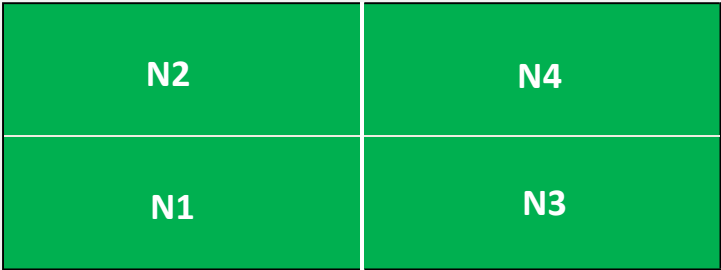
Tors	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-09/10 (N1+N2)	
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30	Dam A (N1+N2)	Herr A (N3+N4) (uppv 18.30)
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

Fre	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	Utvdam (N1+N2)	F-11/12 (N3)
18.00 - 18.30		F-13/14 (N4)
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30		
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

Lör	1/2-plan	1/2-plan
10.00 - 11.30	MATCH P-13/14	F-15/16 (N3) P-17/18 (N4)
11.30 - 18.00	12.00-15.00 Herr A - Melleruds IF 13.00	
	15.00-17.00 P-09/10	

Sön	1/2-plan	1/2-plan
10.00 - 11.30	P-15/16 (N1+N2)	
11.30 - 18.00	12.00-18.00 Dam A - Orust FC 13.00 Sundet - Myckleby IK 16.00	
	18.00 - 19.30	P-11/12 (N1+N2) SSK (N3+N4)

Väst



Öst



Träningsider Ödsmål IP 2024
v.16 15/4 - 21/4

Vecka 16

Konstgräsplanen

Ändrad: 2024-04-11 Version: 1

Mån	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-09/10 (N1+N2)	
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30	Dam A (N1+N2)	Sundet (N3+N4)
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

Tis	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-13/14 (N1+N2)	Utvdam (N3+N4)
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30	Herr A (N1+N2) (uppv 18.30)	P-11/12 (N3+N4)
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

Ons	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-13/14 (N1) P-15/16 (N2)	F-11/12 F-13/14 (N3) F-15/16 (N4)
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30	Dam A (N1+N2)	Sundet (N3+N4)
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

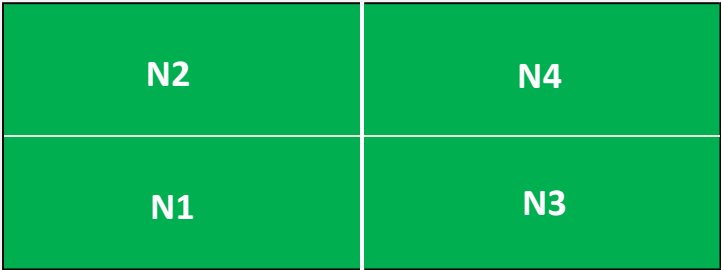
Tors	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-09/10 (N1+N2)	SSK (N3+N4)
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30	Herr A (N1+N2) (uppv 18.30)	
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

Fre	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	Utvdam (N1+N2)	F-11/12 (N3) F-13/14 (N4)
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30		
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

Lör	1/2-plan	1/2-plan
10.00 - 11.30	BollSkøj (N1+N2)	F-15/16 (N3) P-17/18 (N4)
11.30 - 18.00	12.00-15.00 Herr A - Skärhamns IK 13.00	

Sön	1/2-plan	1/2-plan
10.00 - 11.30	MATCH F-13/14 (N1+N2)	MATCH P-15/16 (N3+N4)
11.30 - 18.00	12.00-18.00 Sundet - IFK Valla 13.00 Dam A - Kroppefjälls IF 16.00	
18.00 - 19.30		

Väst



Öst



Träningsider Ödsmål IP 2024
v.17 22/4 - 28/4

Vecka 17

Konstgräsplanen

Ändrad: 2024-04-11

Version: 1

Mån	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-09/10 (N1+N2)	
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30	Dam A (N1+N2)	Sundet (N3+N4)
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

Tis	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-13/14 (N1+N2)	Utvdam (N3+N4)
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30	Herr A (N1+N2) (uppv 18.30)	P-11/12 (N3+N4)
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

Ons	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-13/14 (N1) P-15/16 (N2)	F-11/12 F-13/14 (N3) F-15/16 (N4)
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30	Dam A (N1+N2)	Sundet (N3+N4)
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

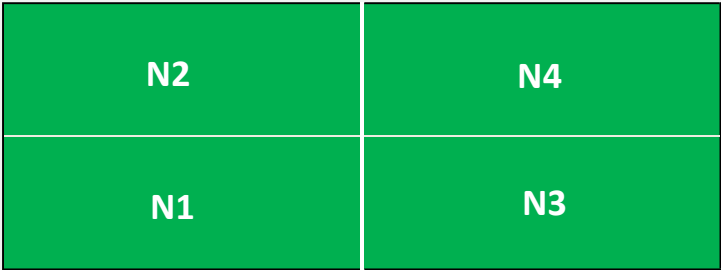
Tors	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	P-09/10 (N1+N2)	
18.00 - 18.30		
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30	Dam A (N1+N2)	Herr A (N3+N4) (uppv 18.30)
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

Fre	1/2-plan	1/2-plan
17.00 - 17.30		
17.30 - 18.00	Utvdam (N1+N2)	F-11/12 (N3)
18.00 - 18.30		F-13/14 (N4)
18.30 - 19.00		
19.00 - 19.30		
19.30 - 20.00		
20.00 - 20.30		
20.30 - 21.00		

Lör	1/2-plan	1/2-plan
10.00 - 11.30	BollSkj (N1+N2)	F-15/16 (N3) P-17/18 (N4)
11.30 - 18.00	12.00-15.00 Match 9:9 P-09/10 - Lysekils AIK 13.00	

Sön	1/2-plan	1/2-plan
10.00 - 11.30	P-15/16 (N1)	
11.30 - 16.00	MATCHER	
16.00 - 17.30	P-11/12 (N1+N2)	

Väst



Öst