

## Treningstider 22/23

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Idrettskolen			17.00-18.00		
J/G 7			16.00-17.30		
J/G 8	16.00-17.00				
J/G 9				18.00-19.30	
J 10	16.30-18.00		16.30-17.30		15.00-17.00
G 10			17.30-19.00		15.00-17.00
J 11		18.00-19.30	16.30-17.30		
J 12	17.00-19.00	17.00-18.30		19.30-21.00	
J 13	19.00-21.00			19.30-21.00	
G 13	19.00-20.30	17.00-18.00			17.00-18.30
J 14		18.30-20.00		16.00-17.30	
J 15	20.00-22.00			17.30-19.00	15.00-17.00
J 16	17.00-18.30		20.00-22.00		
U 20	20.30-22.00				
Damer		20.30-22.00		20.30-22.00	
PUH			19.00-20.00		
Veteran					18.30-20.00
Sonetrening					17.00-20.00

Gamle Mandalshallen	Ledig tid fredag 15.00-17.00.
Nye Mandalshallen	Ledig tid fredag 17.00-18.00 (kan starte 16.30 hvis det er greit for J/G 10)
Holumshallen	
Vassmyrahallen	
Ime skole	

Onsdagen i nye Mandalshallen er bare 2/3 bane.

Det gjøres et forsøks samarbeid mellom J10 og J11 på onsdagsøkta.

J/G 10 samarbeider om fredagen. Her vi treningstiden variere etter hvilke trenere/foreldre som har økta.

Veteran har treningstid fredag, men må gi denne til sonetrening de gangene det kolliderer.