

Treningsplan K/H MSA/MSB

APRIL 2014 - utgave 2, (pr 30/3)



KIL/HEMNE
Fotball

UKE	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
14	31/3 Trening Lade 19.30 Ånes 19.30	1.	2. Trening Lade 18.00 Ånes 18.00 MJR-kamp Byåsen-H	3. Trening Lade 21.00 Ånes 19.30	4. Treningskamp Meldal - K/H Storås kgb 18.30 Avreise 16.30	5. MJR-kamp Verdal-B	6.
15	7. Trening Lade 19.30 Ånes 19.30	8.	9. Trening Lade 18.00 Ånes 18.00	10. Trening Lade 21.00 Ånes 19.30	11. Trening Ånesøyen 18.00 MJR-kamp Steinkjer-B	12. Treningskamp K/H – Averøykam Ånesøyen kgb 15.00 Oppmøte 13.45	13.
16	14. Trening Lade 19.30 Ånes 19.30	15. Trening Ånesøyen 18.00	16.	17.	18.	19.	20. Trening Ånesøyen 18.00
17	21. Seriekamp MSA Træff2 – K/H Reknes kgb 15.00 Avreise 10.45	22.	23. Trening Lade 18.00 Ånes 18.00	24. MJR-kamp Ch.l-H	25. Trening Ånesøyen 18.00	26. Seriekamp MSB K/H - Bjørgan Ånes kgb 14.00 Oppmøte 13.00	27.
18	28. Seriekamp MSA K/H - KBK2 Ånes kgb 19.30 Oppmøte 18.15	29.	30. Trening Lade 18.00 Ånes 18.00	1/5	2/5 Trening Ånesøyen 18.00	3/5 Seriekamp MSA Str.heim – K/H Str.heim kgb 15.00 Avreise 12.00	4/5 Seriekamp MSB Vanvik - K/H Åsly kgb 15.00 Avreise 10.00

NB! Møt til trening presis (10 min før) og godt forberedt ! Ta alltid med fotballsko, joggesko + gode, varme klær til ute!

Meld ev. forfall, tidligst mulig, til Olav M. (ev Henry) !

Olav M. Stamnestrø - 97667913

Ole J. Singsdal - 91848142

Henry Sødahl - 99258673

Erik Snekvik - 95069379

Inge Berg - 91187002 / Rune Bakken - 95293683

Steinar Lernes - 99517823

