

Treningsplan K/H MSA/MSB

JUNI 2014 - utgave 1, (pr 25/5)



KIL/HEMNE

Fotball

UKE	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
23	2. Seriekamp MSA Kolstad – K/H Huseby kgb 19.00 Oppmøte 17.45 Avreise Hhall 16.00	3. Seriekamp MSB Frøya - K/H Frøya kgb 19.00 Avreise Hhall 15.45 Våvatnet 16.15	4. Trening Lade 17.30 Ånes 18.00 (1 av 2)	5. Trening Lade 21.00 (Ånes 17.30) (1 av 2)	6. Trening Ånesøyen 18.00	7. Seriekamp MSA K/H - Heimdal Ånes kgb 15.00 Oppmøte 13.15 Sosialt opplegg	8.
24	9. Trening Lade 19.30 Ånes 20.30	10. Seriekamp MSB K/H – Buvik2 Ånes kgb 19.30 Oppmøte 18.15	11. Trening Lade 18.00 Ånes 17.30 MJR-kamp Lev.-H	12. Trening Lade 21.00 Ånes 19.30 Ev. Orkdal ??	13. Seriekamp MSB Hitra - K/H Hitra kgb 19.30 Avreise Hhall 16.45 Våvatnet 17.15	14.	15. Seriekamp MSA Nardo2 – K/H Nissekollen kgb 15.00 Oppmøte 13.45 Avreise H'halln 12.00
25	16. Trening Lade 19.30 Ånes 17.30	17.	18. Trening Lade 17.30 Ånes 17.30 MJR-kamp Nardo-B	19. Trening Lade 21.00 Ånes 18.00	20. Seriekamp MSA K/H - Sunndal Ånes kgb 19.30 Oppmøte 18.15	21. RBK Fotball- i regi av fredag 20/6 - Egentrening (1 av 2)	22. Skole KIL/Hemne mandag 23/6 Egentrening (1 av 2)
26	23. Seriekamp MSB Flå - K/H Flå kgb 19.30 Avreise Hhall 16.30	24.	25. Trening Lade 18.00 Ånes 18.00	26. Seriekamp MSB K/H – Meldal Ånes kgb 19.30 Oppmøte 18.15	27. Trening Ånesøyen 18.00	28. Seriekamp MSA Brattvåg – K/H Brattvåg kgb 15.00 Avreise H'hall 09.30	29.
27	30. Trening Lade 19.30 Ånes 19.30	1/7	2/7 Seriekamp MSA K/H – Sverresb. Ånes kgb 19.00 Oppmøte 17.45	3/7 Seriekamp MSB Str.heim2-K/H Str.h. kgb 19.00 Avreise Hhall 16.15	4/7	5/7 Dobbeltrening Ånesøyen 10.00 og 13.30 Mat/møte imellom	6/7

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

