

Treningsplan K/H MSA/MSB

MARS 2014 - utgave 2, (pr 8/3)



KIL/HEMNE
Fotball

UKE	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
9	24/2 Trening Lade 19.30 Ånes 19.30	25/2	26/2 Trening Lade 18.00 Ånes 18.00	27/2 Trening Lade 21.00 Ånes 19.30	28/2 SAMLINGS- Trening Ånesøyen kgb 18.00 – 19.30	1. WEEKEND Treninger/Møte Ånesøyen kgb Tr. 10.00 og 13.30	2.
10	3. Trening Lade 19.30 Ånes 19.30	4.	5. Trening Lade 18.00 Ånes 18.00	6. Trening Lade 21.00 Ånes 19.30	7. Vinterseriekamp Tynset – K/H Havstein kgb 19.30 Oppmøte 18.30	8. LOPPE- MARKED 10.00 – 16.00	9.
11	10. Treningskamp Vestbyen-K/H Hamm.b. 18.30 Oppmøte 17.30	11.	12. Trening Lade 18.00 Ånes 18.00	13. Trening Lade 21.00 Ånes 19.30	14. SAMLINGS- Trening/kamp Ånesøyen kgb 18.00 – 19.30	15. WEEKEND Treninger/Møte Ånesøyen kgb Tr. 10.00 og 13.30	16.
12	17. Trening Lade 19.30 Ånes 19.30	18.	19. Vinterseriekamp Buvik – K/H Buvik kgb 19.00 Oppmøte 18.00	20. Trening ??? Lade 21.00 Ånes 19.30	21. Treningsleir Avreise K.øra kl. 07.00	22. Treningsleir	23. Treningsleir
13	24. Treningsleir	25. Treningsleir	26. Treningsleir	27. Treningsleir	28. Treningsleir Ankomst K.øra ca kl. 12.00	1/3	2/3

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

