



2021-22 04 Traeningsbaner, graes, 19. juli - 19. september.docx

Træningsbanefordeling - ((Årgange) (Forventet antal) – omklædningsrum, kun hvis frigivet)

Dag/bane	Tid	4	5 (kunst)	6 (kunst)	7	8	9 RFC
Mål							
Mandage	15.30-17.00	U15-1 (2007) (18) - 25		U14-1 (2006) (18) - 24	U17-1 (2005-06) (20) - 23	U19-1 (2003-04) (20) - 8	
	17.00-18.30		U13-1 (2009) - (18) - 21		U10 (2012) (15) - 9 U09 (2013) (10) - 9	U12-1 (2010) (15) - 11 U11-1 (2011) (15) - 16	
O-rum til kampe: 8-11-12-16-24-25	18.30-20.00	U15-2 (2007) (20) - 14 U14-2 (2008) (15) - 22	2. senior (18) - 5 U19-2 (2003-04) (15) - 23		U17-2 (2005-06) (18) - 8		
Tirsdays	15.30-17.00	U14-1 (2008) (18) - 24		U15-1 (2007) (18) - 25	U17-1 (2005-06) (20) - 23	U19-1 (2003-04) (20) - 8	
	17.00-18.30	U14-2-3 (2008) (25) - 22	U13-2-3 (2009) (20) - 17	U12 (2010) (20) - 11	U11 (2011) (20) - 16	U13-1 (2009) (18) -	
O-rum til kampe: 21-24-25	18.30-20.00	U15-2-3 (2007) (30) - 14	2. senior (18) - 5 3. senior (15) - 5	U19-2-3 (2003-04) (25) - 23	U17-2-3 & U16 (2005-06) (50) - 8+9 4. senior (15) - 12	U17-2-3 & U16 (2005-06) (50) - 8+9	
Onsdage	15.30-17.00						
	17.00-18.30			U10 (2012) (15) - U07 (2015) (10) U05-U6 (2016-) (20)	U09 (2013) (10) - 9 U08 (2014) (10)		
O-rum til kampe: 8-11-12-14-16-21-22-23-24-25	18.30-20.00						
Torsdays	15.30-17.00	U14-1 (2008) (18) - 24		U15-1 (2007) (18) - 25	U17-1 (2005-06) (20) - 23	U19-1 (2003-04) (20) - 8	
	17.00-18.30	U14-2-3 (2008) (25) - 22	U13-2-3 (2009) (20) - 17	U11 (2011) (20) - 16	U12 (2010) (30) - 11	U13-1 (2009) (18) -	
O-rum til kampe: 21-24-25	18.30-20.00	U15-2-3 (2007) (30) - 14	2. senior (18) - 5 3. senior (15) - 5	U19-2-3 (2003-04) (25) - 23	U17-2-3 & U16 (2005-06) (50) - 8+9 4. senior (15) - 12	U17-2-3 & U16 (2005-06) (50) - 8+9	
Fredage	15.30-17.00			U15-1 (2007) (18) - 25	U17-1 (2005-06) (20) - 23	U19-1 (2003-04) (20) - 8	
O-rum til kampe: 9-14-21-22-24	17.00-18.30		Randers Freja FC Topcenter U10-U12 - 16+17	Randers Freja FC Topcenter U10-U12 - 16+17 Randers Freja FC U13-aspirant			
Lørdage	09.30-10.30			U08 (2014) (10) U07 (2015) (10) U05-U6 (2016-) (20)			

- ♣ *Fleksibilitet, tolerance og forståelse er nøgleord.*
- ♣ *Omkledning 1-4 i admin.bygning; 5-6 i klubhuset; 8-23 i vesttribunebygning; 24-25 i nordtribunebygning.*
- ♣ *Det er en TRÆNEROPGAVE at holde disciplinen med anvendelse af de rigtige omklædningsrum – og føre tilsyn med samme.*
- ♣ *Lørdagstræningstiderne herudover bestilles særskilt. Kampe har første prioritet.*
- ♣ *Alle helligdage regnes som søndage – altså træningsfridage.*
- ♣ *Alle skal respektere ovenstående tider. Banen SKAL være ryddet for spillere og rekvisitter, når ny træningstid starter.*
- ♣ *Bane 2 og 3 er kampbaner.*
- ♣ *Divisionsholdet har således bane 9.*
- ♣ *(Mål på banerne i alt: 20*11-mands - 16*8-mands - 12*5-mands - 12*3-mands)*
- ♣ *Mål skal stilles på plads udenfor 11-mandsbanen. Små mål er til små spillere.*
- ♣ *4. senior har kun en halv bane 7 tirsdag og torsdag – den anden halvdel kan anvendes af U17-2-3 & U16.*