



2022-23 02 Traeningsbaner, graes, 17. april - 25. juni.docx

Træningsbanefordeling - ((Årgange (farve = banestørrelse)) (Forventet antal) – omklædningsrum

Dag/bane	Tid	2 (kunst)	4	5 (kunst)	6 (kunst)	7	8
Mål							
Mandage	15.30-17.00	U19-1 (2004-05) (20) - 8		U15-1 (2008) (18) - 25	U14-1 (2007) (18) - 24	U17-1 (2006-07) (25) - 23	
O-rum til kampe:	17.00-18.30			U13-1 (20010) - (18) - 21	U09-U10 (2013-14) (20) - 16 U11 (2012) (20) - 16	U12 (2011) (20) - 11	U13-2-3 (2010) (35) - 17
O-rum til kampe: 12-24-25	18.30-20.00			2. senior (20) – 5 U19-2 (2004-05) (25) – 23	U17-2-U16-2 (2005-06) (40) – 8+9		U15-2 (2008) (18) – 14 U14-2 (2009) (18) - 22
Tirsdays	15.30-17.00	U17-1 (2006-07) (25) - 23		U14-1 (2009) (18) - 24	U15-1 (2008) (18) - 25		U19-1 (2004-05) (20) - 8
	17.00-18.30	U13-1 (2010) (18) - 21		U14-2-3 (2009) (40) - 22	U09-U10 (2013-14) (20) - 16 U11 (2012) (20) - 16	U12 (2011) (40) - 11	U13-2-3 (2010) (35) - 17
O-rum til kampe: 24-25	18.30-20.00	2. senior (15) - 5 3. senior (15) - 5	4. senior (15) – 12	U19-2-3 (2004-05) (25) - 23	U17-2-3 & U16 (2006-07) (55) - 8+9	U17-2-3 & U16 (2006-07) (55) - 8+9	U15-2-3 (2008) (45) - 14
Onsdage	15.30-17.00						
	17.00-18.30	U05-U6 (2017-) (45)		RFC Teknikskole - 16+17	U08 (2015) (20) U07 (2016) (30)		
O-rum til kampe: 8-11-12-14-17-21-22- 23-24-25	18.30-20.00						
Torsdays	15.30-17.00	U19-1 (2004-05) (20) - 8		U14-1 (2009) (18) - 24	U17-1 (2006-07) (25) - 23	U15-1 (2008) (18) - 25	
	17.00-18.30	U14-2-3 (2009) (40) - 22		U13-2-3 (2010) (35) - 17	U09-U10 (2013-14) (20) - 16 U11 (2012) (20) - 16	U12 (2011) (40) - 11	U13-1 (2010) (18) - 21
O-rum til kampe: 24-25	18.30-20.00	2. senior (15) - 5 3. senior (15) - 5	4. senior (15) – 12	U15-2-3 (2008) (45) - 14	U19-2-3 (2004-05) (25) - 23	U17-2-3 & U16 (2006-07) (55) - 8+9	U17-2-3 & U16 (2006-07) (55) - 8+9
Fredage	15.30-17.00			U13-1 (2010) (18) – 21 (hveranden fredag)	U15-1 (2008) (18) - 25	U17-1 (2006-07) (25) - 23	U19-1 (2006-07) (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	U05-U6 (2017-) (45)			U08 (2015) (20) U07 (2016) (30)		

- ❖ *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 er kampbane og træningsbane for 3- og 11-mands.*
- ❖ *Bane 3 er primært kampbane.*
- ❖ *Divisionsholdet har således bane 9 alene.*
- ❖ *4. senior har kun en halv bane 4 tirsdag og torsdag.*
- ❖ *Mål skal stilles på plads udenfor 11-mandsbanen. Små mål er til små spillere.*