



2026-27 01 Traeningsbaner, graes, 21. september - 25. oktober.docx

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

Dag/bane	Tid	2 (kunst)	4	5 (kunst)	6 (kunst)	7	8
Mål		3*11 – 6*3	2*11 – 4*5 (jern) - 4*3	4*11 – 4*8 – 8*5 – 8*3	4*11 – 4*8 – 8*5 – 8*3	2*11 – 4*8 – 2*5 (jern) – 4*3	2*11 – 4*8 – 2*5 (jern) – 4*3
Mandage	15.30-17.00	U19-1 (2008-09) (28) - 25		U15-1 (2012) (18) - 23	U14-1 (2013) (19) - 22	U17-1 (2010-11) (25) - 24	
	17.00-18.30	U13-1-2-3 (2014) (60) – 17-12	U04-09 (2023-18) (35) - 9	U04-09 (2023-18) (35) - 9	U10 (2017) (34) - 16 U11 (2016) (30) - 16	U14-2 (2013) (21) -14	U12 (2014) (32) - 11
O-rum til kampe: 21-22-25	18.30-20.00	2.-3. senior (46) - 5/6		U19-2 (2008-10) (28) - 8	U15-2 / U16-2 (2012-11) (28) -23		
Tirsdays	15.30-17.00	U17-1 (2010-11) (25) - 24		U14-1 (2013) (19) – 22	U15-1 (2012) (18) - 23	U19-1 (2008-09) (28) - 25	
	17.00-18.30	U14-2 (2013) (21) -14		U13-1 (2014) (18) - 17	U10 (2017) (34) - 16 U11 (2016) (30) - 16	U13-2-3 (2014) (60) - 12	U12 (2014) (32) - 11
O-rum til kampe: 21	18.30-20.00				U15-2 / U16-2 (2012-11) (28) -23		
Onsdage	15.30-17.00						
	17.00-18.30		U04-09 (2023-18) (35) - 9	U04-09 (2023-18) (35) - 9		RFC Teknikskole U10-12 (50)	
O-rum til kampe: 8-11-16-17-21-22-23	18.30-20.00	2.-3. senior (46) - 5/6		U19-2 (2008-10) (28) - 8			
Torsdays	15.30-17.00	U19-1 (2008-09) (28) - 25		U17-1 (2010-11) (25) - 24	U14-1 (2013) (19) – 22	U15-1 (2012) (18) - 23	
	17.00-18.30	U13-1 (2014) (18) - 17		U13-2-3 (2013) (29) - 12	U10 (2017) (34) - 16 U11 (2016) (30) - 16	U14-2 (2013) (21) -14	U12 (2014) (32) - 11
O-rum til kampe: 21	18.30-20.00	U19-2 (2008-10) (28) - 8			U15-2 / U16-2 (2012-11) (28) -23		
Fredage	15.30-17.00	U19-1 (2008-09) (28) - 25		U17-1 (2010-11) (25) - 24	U15-1 (2012) (18) - 23		
O-rum til kampe: 9-11-12-14-21-24-25	17.00-18.30	Randers Freja FC ATK+ U10-U12		Randers Freja FC ATK+ U10-U12	Randers Freja FC ATK+ U10-U12 Randers Freja FC U13-aspirant		
Lørdage	09.30-11.00						

- ♣ Fleksibilitet, tolerance og forståelse er nøgleord.
- ♣ Omklædning 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.
- ♣ Divisionsholdet har således bane 9 alene.
- ♣ Mål skal stilles på plads udenfor 11-mandsbanen.
- ♣ Små mål er fortrinsvis til små spillere.
- ♣ Der må ikke flyttes mål mellem banerne.