

TRÆNINGSPLAN VINTER 2023/2024

GÆLDENDE: 18.2.2024 - 31.3.2024



Bane 4A	Bane 4B	Bane 5AB (Kunst)	Bane 5CD (Kunst)	Spektrum Odder Hal 2	Spektrum Odder Multihallen
1 x 8M	1 x 8M	1 x 8M / 2 x 5M	1 x 8M / 2 x 5M	Indendørs-fodbold	Indendørs-fodbold

MANDAG

MANDAG					
16.00					
16.15					
16.30					
16.45	U12D Drenge 2012	U13D Drenge 2011	U12D Drenge 2012	U13D Drenge 2011	
17.00					
17.15	U15D Drenge 2009	U14D Drenge 2010	U15D Drenge 2009	U14D Drenge 2010	
17.30					
17.45					
18.00					
18.15					
18.30	1. Holdet Herrer DS	U16D Drenge 2008	1. Holdet Herrer DS	U16D Drenge 2008	
18.45					
19.00					
19.15					
19.30					
19.45					
20.00					
20.15	5. Holdet Herrer S5	U19D Drenge 2005/06	5. Holdet Herrer S5	DISPONIBEL OPLANDSKLUB	
20.30					
20.45					
21.00					
21.15					
21.30					
21.45					
22.00					

MANDAG
TIRSDAG

TIRSDAG

TIRSDAG					
16.00					
16.15					
16.30	U7-10P Piger 2014/17	U11-12P Piger 2012/13	U10D Drenge 2014	U7-10P Piger 2014/17	U11-12P Piger 2012/13
16.45					
17.00					
17.15					
17.30	U13-15P Piger 2009/11	U11D Drenge 2013	U13-15P Piger 2009/11	U11D Drenge 2013	
17.45					
18.00					
18.15					
18.30	1. Holdet Herrer DS	2. & 3. Holdet Herrer JS & S2	1. Holdet Herrer DS	2. & 3. Holdet Herrer JS & S2	
18.45					
19.00					
19.15					
19.30					
19.45					
20.00					
20.15	U19D Drenge 2005/06	4. Holdet Herrer S4	U19D Drenge 2005/06	4. Holdet Herrer S4	
20.30					
20.45					
21.00					
21.15					
21.30					
21.45					
22.00					

TIRSDAG

TRÆNINGSPPLAN VINTER 2023/2024

GÆLDENDE: 18.2.2024 - 31.3.2024



Bane 4A	Bane 4B	Bane 5AB (Kunst)	Bane 5CD (Kunst)	Spektrum Odder Hal 2	Spektrum Odder Multihallen
1 x 8M	1 x 8M	1 x 8M / 2 x 5M	1 x 8M / 2 x 5M	Indendørs-fodbold	Indendørs-fodbold

ONSDAG

ONSDAG					
16.00					
16.15					
16.30					
16.45	U8D Drenge 2016	U12D Drenge 2012	U8D Drenge 2016	U12D Drenge 2012	
17.00					
17.15					
17.30	U13D Drenge 2011	U14D Drenge 2010	U13D Drenge 2011	U14D Drenge 2010	
17.45					
18.00					
18.15					
18.30					
18.45	U15D Drenge 2009	U16 Drenge 2008	U15D Drenge 2009	U16 Drenge 2008	
19.00					
19.15					
19.30					
19.45					
20.00	DISPONIBEL OPLANDSKLUB	ODDER RUGBY	Old Girls	1. Holdet Kvinder S1	
20.15					
20.30					
20.45					
21.00					
21.15					
21.30					
21.45					
22.00					

ONSDAG
TORS DAG

TORS DAG

TORS DAG					
16.00					
16.15					
16.30					
16.45	U11-12P Piger 2012/13	U9D Drenge 2015	U11-12P Piger 2012/13	U9D Drenge 2015	
17.00					
17.15					
17.30	U13-15P Piger 2009/11	U11D Drenge 2013	U13-15P Piger 2009/11	U11D Drenge 2013	
17.45					
18.00					
18.15					
18.30					
18.45	1. Holdet Herrer DS	2. & 3. Holdet Herrer JS & S2	1. Holdet Herrer DS	2. & 3. Holdet Herrer JS & S2	
19.00					
19.15					
19.30					
19.45					
20.00	U19D Drenge 2005/06	4. Holdet Herrer S4	U19D Drenge 2005/06	4. Holdet Herrer S4	
20.15					
20.30					
20.45					
21.00					
21.15					
21.30					
21.45					
22.00					

TORS DAG

TRÆNINGSPILAN VINTER 2023/2024

GÆLDENDE: 18.2.2024 - 31.3.2024



Bane 4A	Bane 4B	Bane 5AB (Kunst)	Bane 5CD (Kunst)	Spektrum Odder Hal 2	Spektrum Odder Multihallen
1 x 8M	1 x 8M	1 x 8M / 2 x 5M	1 x 8M / 2 x 5M	Indendørs-fodbold	Indendørs-fodbold

FREDAG

FREDAG					
16.00	U10-12 Talentcenter	U13-15 Talentcenter	U10-12 Talentcenter	U13-15 Talentcenter	
16.15					
16.30					
16.45					
17.00					
17.15			Reserveret til kamp		
17.30					
17.45					
18.00					
18.15					
18.30					
18.45					
19.00					
19.15					
19.30					
19.45					
20.00					
20.15					
20.30					
20.45					
21.00					
21.15					
21.30					
21.45					
22.00					

LØRDAG

LØRDAG					
9.00			Old Boys		U7D Dreng 2017
9.15				Old Boys	De små Oddere Mix 2020/21
9.30					
9.45					
10.00			U9D Dreng 2015	U8D Dreng 2016	U7-10P Piger 2014/17
10.15					U5/6 Mix 2018/19
10.30				U10D Dreng 2014	
10.45					
11.00					U8D Dreng 2016
11.15					
11.30					
11.45					
12.00			Reserveret til kamp		U9D Dreng 2015
12.15					
12.30					
12.45					
13.00					
13.15					
13.30					
13.45					
14.00					
14.15					
14.30					
14.45					
15.00					

LØRDAG