

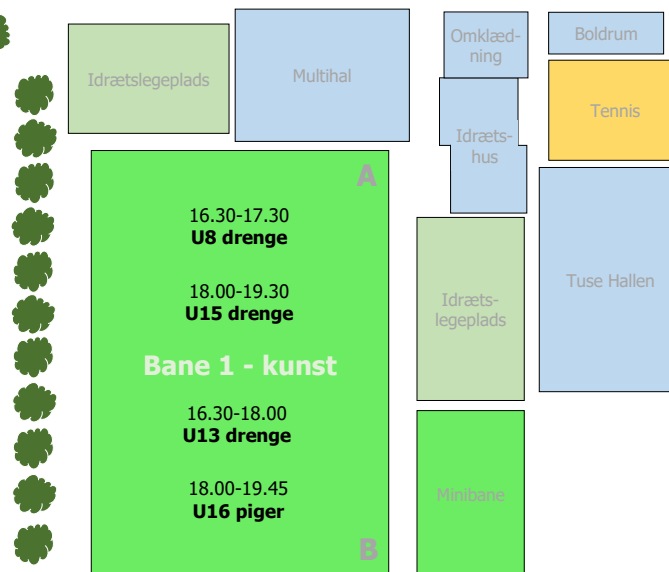
BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 40 2024 – MANDAG D. 30/9



Spurt- og stige-træningszoner



Solnedgange			
Uge	Solnedgang	Solnedgang	Min. aftaget
Mandag uge 37	9. september 2024	19:45	-
Mandag uge 38	16. september 2024	19:26	19
Mandag uge 39	23. september 2024	19:08	18
Mandag uge 40	30. september 2024	18:50	18
Mandag uge 41	7. oktober 2024	18:32	18
Mandag uge 42	14. oktober 2024	18:14	18
Mandag uge 43	21. oktober 2024	17:57	17
Mandag uge 44	28. oktober 2024	16:41	77
Mandag uge 45	4. november 2024	16:26	15
Mandag uge 46	11. november 2024	16:12	14
Mandag uge 47	18. november 2024	16:01	11
Mandag uge 48	25. november 2024	15:51	10

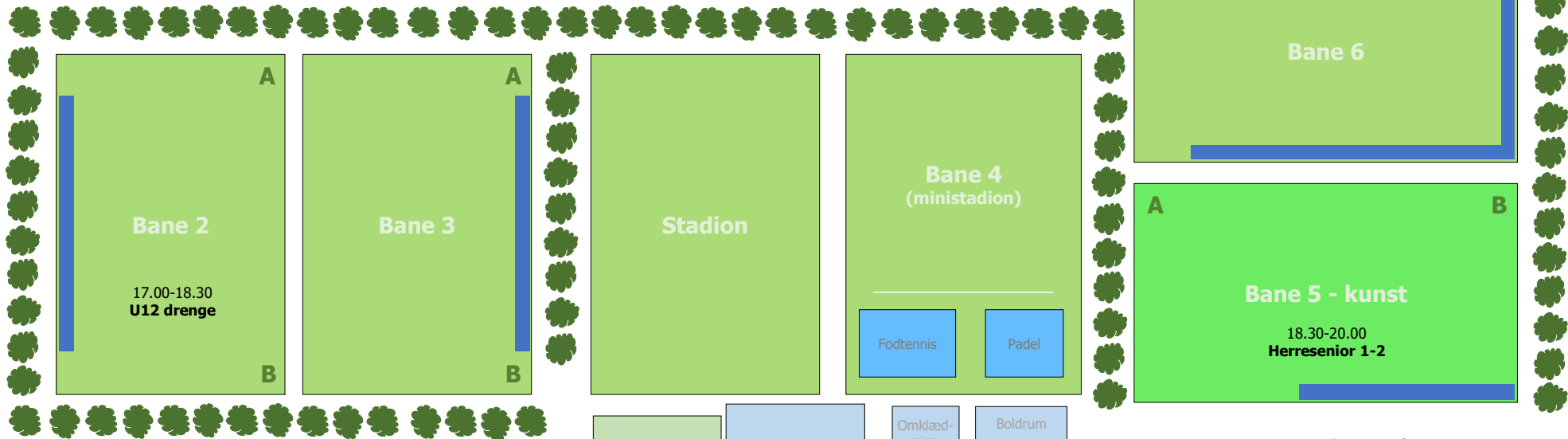


Bemærkninger:
 U15 drenge flyttet til Kunst 1
 U16 piger flyttet til Kunst 1

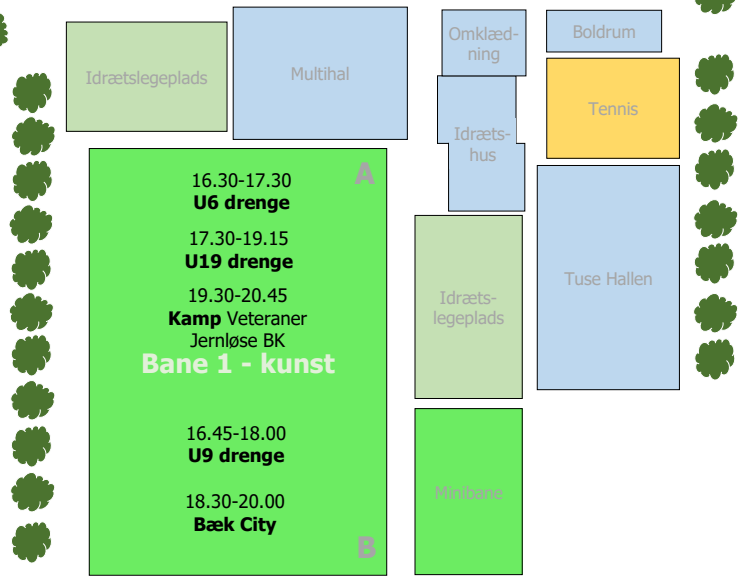
BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 40 2024 – TIRSDAG D. 1/10



Spurt- og stigetræningszoner



Solnedgange			
Uge	Solnedgang	Solnedgang	Min. aftaget
Mandag uge 37	9. september 2024	19:45	-
Mandag uge 38	16. september 2024	19:26	19
Mandag uge 39	23. september 2024	19:08	18
Mandag uge 40	30. september 2024	18:50	18
Mandag uge 41	7. oktober 2024	18:32	18
Mandag uge 42	14. oktober 2024	18:14	18
Mandag uge 43	21. oktober 2024	17:57	17
Mandag uge 44	28. oktober 2024	16:41	77
Mandag uge 45	4. november 2024	16:26	15
Mandag uge 46	11. november 2024	16:12	14
Mandag uge 47	18. november 2024	16:01	11
Mandag uge 48	25. november 2024	15:51	10



BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 40 2024 – ONSDAG D. 2/10



Spurt- og stigetærningszoner



Solnedgange			
Uge	Solnedgang	Solnedgang	Min. aftaget
Mandag uge 37	9. september 2024	19:45	-
Mandag uge 38	16. september 2024	19:26	19
Mandag uge 39	23. september 2024	19:08	18
Mandag uge 40	30. september 2024	18:50	18
Mandag uge 41	7. oktober 2024	18:32	18
Mandag uge 42	14. oktober 2024	18:14	18
Mandag uge 43	21. oktober 2024	17:57	17
Mandag uge 44	28. oktober 2024	16:41	77
Mandag uge 45	4. november 2024	16:26	15
Mandag uge 46	11. november 2024	16:12	14
Mandag uge 47	18. november 2024	16:01	11
Mandag uge 48	25. november 2024	15:51	10



Bemærkninger:
U16 piger flyttet til Kunst 1

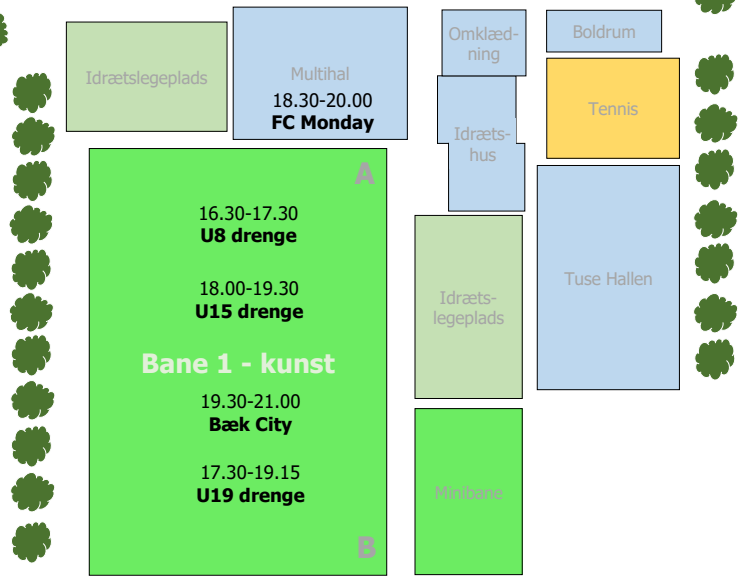
BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 40 2024 – TORSDAG D. 3/10



Spurt- og stigetræningszoner



Solnedgange			
Uge	Solnedgang	Solnedgang	Min. aftaget
Mandag uge 37	9. september 2024	19:45	-
Mandag uge 38	16. september 2024	19:26	19
Mandag uge 39	23. september 2024	19:08	18
Mandag uge 40	30. september 2024	18:50	18
Mandag uge 41	7. oktober 2024	18:32	18
Mandag uge 42	14. oktober 2024	18:14	18
Mandag uge 43	21. oktober 2024	17:57	17
Mandag uge 44	28. oktober 2024	16:41	77
Mandag uge 45	4. november 2024	16:26	15
Mandag uge 46	11. november 2024	16:12	14
Mandag uge 47	18. november 2024	16:01	11
Mandag uge 48	25. november 2024	15:51	10



Bemærkninger:
 U15 drenge flyttet til Kunst 1
 Bæk City flyttet til senere tid

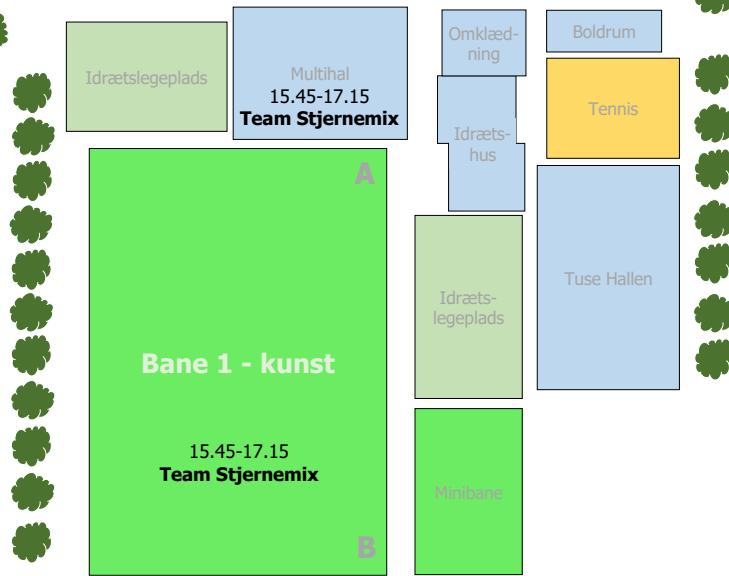
BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 40 2024 – FREDAG D. 4/10



Spurt- og stigetræningszoner



Solnedgange			
Uge	Solnedgang	Solnedgang	Min. aftaget
Mandag uge 37	9. september 2024	19:45	-
Mandag uge 38	16. september 2024	19:26	19
Mandag uge 39	23. september 2024	19:08	18
Mandag uge 40	30. september 2024	18:50	18
Mandag uge 41	7. oktober 2024	18:32	18
Mandag uge 42	14. oktober 2024	18:14	18
Mandag uge 43	21. oktober 2024	17:57	17
Mandag uge 44	28. oktober 2024	16:41	77
Mandag uge 45	4. november 2024	16:26	15
Mandag uge 46	11. november 2024	16:12	14
Mandag uge 47	18. november 2024	16:01	11
Mandag uge 48	25. november 2024	15:51	10



- 3. træningspas ungdom:**
- D. 16. august
 - D. 30. august
 - D. 13. september
 - D. 27. september
 - D. 4. oktober
 - D. 25. oktober
 - D. 1. november