

# BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 8 TIL UGE 15 2025 – MANDAGE



## Spurt- og stigetræningszoner



# BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 8 TIL UGE 15 2025 – TIRSDAGE



Spurt- og stigetærningszoner



# BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 8 TIL UGE 15 2025 – ONSDAGE



## Spurt- og stigetræningszoner



### \*Plan for Flex:

- 19/02: U7 drenge
- 26/02: U11 drenge
- 05/03: U10 drenge
- 12/03: U12 piger
- 19/03: U10 piger
- 26/03: U7 drenge
- 02/04: U11 drenge
- 08/04: U10 drenge

Flex-hold har Idrætslegeplads, fodtennis og minibane til en sjov og anderledes træning. De 4 andre hold skal deles om pladsen på Bane 1 med en kvart bane hver (40x50 meter). Pigerne tættest på Idrætshuset.

# BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 8 TIL UGE 15 2025 – TORSDAGE



## Spurt- og stigetræningszoner



# BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 8 TIL UGE 15 2025 – FREDAGE



Spurt- og stigetræningszoner

