

Dagsplan instruktører - treninger

Gr	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag			
1	Marit H, Mali NL, (Øystein BR) Rindalshuset/ Rindal grus	T u r	Marit H, Mali NL, (Øystein BR) Bane 1	Marit H, Mali NL, (Øystein BR) Bane 1	T u r n e r i n g Jan R Willy Trond Kjetil F Mali Marit Øystein Ragnhild Guri Reidunn Aksel Linn Nils Ole E Håkons Yngve Truls Vegard R Robert Tomas Kai Bent Bjarte Eirik Kjell Lars Ole			
2	Ragnhild, Guri, Reidunn Bane 1		Ragnhild, Guri, Reidunn Bane 2	Ragnhild, Guri, Reidunn Bane 2				
3	Aksel L, Linn S Bane 2		Aksel L, Linn S Bane 3	Aksel L, Linn S Truls Bane 3		Aksel L, Linn S Bane 3		
4	Nils H, Ole E Bane 3		Nils H, Ole E Bane 3	Trond H, Ole E Bane 4		Trond H, Nils H Bane 4		
5	Håkon S, Marit N Bane 4	Marit H, Linn S Bane 1	Marit H, Linn S Bane 1	Kai, Bent Vidar Bane 5				
6	Yngve, Kjetil Bane 5	Yngve, Kjetil Bane 2	Yngve, Guri Bane 2	Tomas, Robert Rinnvollen				
7	Truls, Vegard R Bane 6	Truls, Vegard R Bane 3	Truls, Vegard R Bane 3	Truls, Vegard R Rinnvollen				
8	Robert, Morten Bane 7	Robert, Ragnhild Bane 4	Robert, Ragnhild Bane 4	Robert, Vegard R Rinnvollen				
9	Tomas Bane 8	Tomas, Vegard K Bane 5	Tomas, Vegard K Bane 5	Tomas, Truls Rinnvollen				
10	Kai, Bent Vidar Rinnvollen	Kai, Bent Vidar Bane 6	Kai, Bent Vidar Bane 6	Kai, Bent Vidar Bane 5				
11	Bjarte, Eirik Rinnvollen	Bjarte, Eirik Bane 7	Bjarte, Eirik Bane 7	Bjarte, Eirik Bane 6				
12	Kjell, Lars Ole Rinnvollen	Kjell, Lars Ole Bane 8	Kjell, Lars Ole Bane 8	Kjell, Lars Ole Bane 7 + 8				
Tema	Pasninger	Mottak/ kontroll	Føring/ vending	2 mot 1- situasjoner	Dribling/ Finter	Skudd/ avslutninger	Dribling/ finter	Skudd/ avslutninger