

Dagsplan instruktører - treninger

Gr	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag			
1	Marit H, Mali NL, (Øystein BR) Rindalshuset/ Rindal grus	T u r	Marit H, Truls, 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 Terje BH Eirik Kjell Lars Ole			
2	Ragnhild, Reidunn KG, Linn S Bane 1		Ragnhild, Reidunn KG, Linn S Bane 2	Ragnhild, Reidunn KG, Linn S Bane 2				
3	Terje BH, Guri Bane 2		Terje BH, Guri Bane 3	Terje BH, Guri Bane 3				
4	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, Reidunn KG, Linn S Bane 1	T u r	Kai, Bent Vidar Bane 5				
6	Yngve, Kjetil Bane 5	Terje BH, Guri Bane 2		Tomas, Robert Rinnvollen				
7	Truls, Vegard R Bane 6	Truls, Vegard R Bane 3		Truls, Vegard R Rinnvollen				
8	Robert, Marit RB Bane 7	Robert, Ragnhild Bane 4		Robert, Vegard R Rinnvollen				
9	Tomas Bane 8	Tomas, Vegard K Bane 5	Tomas Rinnvollen	T u r				
10	Kai, Bent Vidar Rinnvollen	Kai, Bent Vidar Bane 6	Kai, Bent Vidar Bane 5					
11	Aksel, Eirik Rinnvollen	Aksel, Eirik Bane 7	Aksel, Eirik Bane 6					
12	Kjell, Lars Ole Rinnvollen	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