

TRÆNINGSPLAN VÆRLØSE BADMINTON 2026 / 2027

HAL 2 (Bane 1 - 7)								
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag		Lørdag	Søndag
15.00						9.30	9.30 - 10.30 Miniton og forældre-barn	9.30 - 17.00
15.30	15.30 - 16.30 Basistræning Piger 6-12 år Assing, Niklas, Karoline, Fabian	15.15 - 16.30 Basistræning Dreng 10-13 år Niklas+Fabian	15.15 - 16.15 Pige Basistræning 6-12 år Assing, Sønder, Niklas, Laura	15.30 - 17.00 Talenttræning Assing+Sønder	15.15 - 16.30 Elite Specialtræning Talent Kamptræning Assing+Niklas	10.00		
16.00						10.30	11.00 - XX.XX Kampe og turneringer	Kampe og turneringer
16.30	16.30 - 18.00 (2 haller) Elitetræning Talenttræning Assing, Niklas, Kasper	16.30 - 18.00 Elitetræning Talenttræning Sønder+Niklas	16.15 - 18.00 (2 haller) Talenttræning Elitetræning T2 Træning Assing, Sønder, Niklas, Laura	16.45 - 18.30 Elitetræning T2 Træning Assing+Sønder	16.15 - 18.00 Senior T1 Tanja+Assing	11.00		
17.00						12-17.		
17.30						17.00		
18.00	18.00 - 19.45 Senior T2 træning Assing	18.00 - 20.00 T1 træning Tanja	18.00 - 19.30 Motionist Fællesspil (1½ hal) Mike+Malthe	18.15 - 20.00 Senior T1 træning Assing	18.00 - 20.00 Motionist Fredags drop-in	17.30		
18.30						18.00		
19.00						18.30		
19.30	19.45 - 21.15 Veterantræning		19.30 - 21.00 Motionist Fællesspil (1½ hal) Mike+Malthe	20.00 - 21.30 Veterantræning	20.00 - 22.00 Motionist Indien-drop-in	19.00		
20.00						19.30		
20.30						20.00		
21.00								
21.30								
HAL 3 (Bane 8 - 14)								
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag		Lørdag	Søndag
15.00					Minitennis	9.30	9.30 - 10.30 Miniton og forældre-barn	
15.30	15.30 - 16.30 Basistræning Dreng 6-10 år Fællestræning 7-12år (øvede) Assing, Niklas, Karoline, Fabian	15.30 - 17.00 Talenttræning Fællestræning 13-18 år Laura+Fabian	15.15 - 16.15 Basistræning Dreng 6-10 år Fællestræning 7-12år (øvede) Assing, Sønder, Niklas, Laura	15.15 - 16.30 Basistræning Dreng 10-13 år Niklas+Fabian		10.00		
16.00						10.30	11.00 - XX.XX Kampe og turneringer	10.00 - 12.00 Senior T1 træning Tanja+Assing
16.30	16.30 - 18.00 (2 haller) Elitetræning Talenttræning Assing, Niklas, Kasper		16.15 - 18.00 (2 haller) Talenttræning Elitetræning T2 Træning Assing, Sønder, Niklas, Laura	16.30 - 18.00 Fællestræning 13-18 år Niklas		11.00		
17.00						12-17.		
17.30						17.00		
18.00	18.00 - 19.30 Banetider	18.00 - 20.00 Senior T1 Tanja	18.00 - 19.30 Motionist Fællesspil (3 baner) Mike+Malthe	Senior T2 sidste 30 min		17.30		17.00-18.30 Motionist. Fællesspil Malthe
18.30			Banetider (4 baner)	18.30 - 19.30 Banetider		18.00		
19.00						18.30		
19.30	19.30 - 20.30 Banetider		19.30 - 21.00 Motionist Fællesspil (3 baner) Mike+Malthe	19.30 - 20.30 Banetider		19.00		
20.00		20.00 - 21.00 Banetider	Banetider (4 baner)	20.30 - 21.30 Banetider		19.30		
20.30	20.30 - 21.30 Banetider					20.00		
21.00								
21.30								