



www.ilvalder.no

TRENINGSTIDER PÅ KUNSTGRAS 2010

PERIODEN MED SNØ PÅ 11-ER BANA

Trenings- tider	MANDAG			TIRSDAG			ONSDAG			TORSDAG			FREDAG		
	11er øst	11er v	7er	11er øst	11er v	7er	11er øst	11er v	7er	11er øst	11er v	7er	11er øst	11er v	7er
12:30 - 14:00															
14:00 - 15:30															
15:30 - 17:00															
17:00 - 18:30			VALDER A												
18:30 - 20:00			G-16												
20:00 - 21:30			VIGRA A												

Trenings- tider	LØRDAG			SØNDAG		
	11er øst	11er v	7er	11er øst	11er v	7er
12:00 - 13:30						
13:30 - 15:00						
16:00 - 17:30			G-14			
17:00 - 18:30						Giske Y
19:00 - 20:30						GIGOVI

AVTALTE TRENINGSKAMPER			
DAG	DATO	TIDSPUNKT	KAMP
Onsdag	03.feb	20:00 - 22:00	VIGRA A - GODØY A
Lørdag	06.feb	16:30 - 18:00	VALDER G-14 - GISKE
Tirsdag	23.feb	18:00 - 20:00	VALDER A - VIGRA A
Søndag	28.feb		VALDER A - BRATTVÅG A
Søndag	07.mar	14:00 - 16:00	VIGRA A - BLINDHEIM A
Tirsdag	09.mar		VALDER A - GODØY A
Fredag	12.mar	20:00 - 22:00	VIGRA A - LOM
Søndag	21.mar	16:00 - 17:30	VALDER G-14 - AAFK
Mandag	22.mar	20:00 - 22:00	GODØY A - VIGRA A
Lørdag	10.apr		VALDER A - ELNESVÅGEN A
Søndag	11.apr	17:00 - 18:30	VALDER G-14 - VIGRA

Kontakt Frode Oksnes for leige av treningstider på
IL Valder sine kunstgrasbaner.
Telefon: 992 58 446

Siste revisjon: 26.01.2010

