Treningstider i Høvåghallen sesongen 2023-2024, vinterutgave fra januar til påske

	Mandag		Tirsdag		Onsdag		Torsdag		Fredag	
Klokkeslett	Hall A	Hall B	Hall A	Hall B	Hall A	Hall B	Hall A	Hall B	Hall A	Hall B
1600-1630		SFO		SFO		SFO	G/J9	SFO	J10	SFO
1630-1700	G8/9	G8/9	Ballspill 1. trir	ballspill 1. trinn			G/J9	G/J9	J10	J10
1700-1730	G8/9	G8/9	Ballspill 1. trir	Ballspill 1. trinn	J13	J13	G/J9	G/J9	J/G11	J/G11
1730-1800	J/G11	J/G11	Barneidrett	Barneidrett	J13	J13	Fri-idrett	Fri-idrett	J/G11	J/G11
1800-1830	J/G11	J/G11	Barneidrett	Barneidrett	J13	J13	Fri-idrett	Fri-idrett	Disp fotbal	Disp fotball
1830-1900	J/G11	J13	G13	G13	J/G11	J/G11	Fri-idrett	Fri-idrett	Disp fotbal	Disp fotball
1900-1930	J13	J13	G13	G13	J/G11	J/G11	G14	G14	Klubben od	Klubben oddetallsuker
1930-2000	J13	J13	G13	G13	J/G11	J/G11	G14	G14	Klubben oddetallsuker	
2000-2030	J13	G14	Innebandy	Innebandy	Ballspill men	Klubben	G14	G14	Klubben oddetallsuker	
2030-2100	G14	G14	Innebandy	Innebandy	Ballspill men	Klubben	Ballspill dan	Ballspill dame	Klubben oddetallsuker	
2100-2130	G14	G14	Innebandy	Innebandy	Ballspill men	Ballspill menn	Ballspill dan	Ballspill dame	Klubben oddetallsuker	
2130-2200			Innebandy	Innebandy	Ballspill men	Ballspill menn	Ballspill dan	Ballspill dame	Klubben oddetallsuker	
	Husk å moppe		**Husk å moppe**		**Husk å moppe**		**Husk å mop**	Husk å mopp	**Husk å moppe**	

Håndball
Barneidrett
Friidrett
Fotball
Klubben
Voksentrim

Forballen melder inn behov etter som det oppstår, og kan da benytte ledig treningstid. (Det er mulig at det som står oppført som kamptid også vil være ledig ved behov.)

Speilsalen

Klokkeslett										
1600-1630										
1630-1700										
1700-1730										
1730-1800										
1800-1830										
1830-1900										
1900-1930			Spinning og styrke				Spinning og styrke			
1930-2000	Styrke og kondis				Styrke og kondis					
2000-2030										
2030-2100										
2100-2130										
2130-2200										