

Børn- og unge holdet, Brian

Uge	Dag	Dato	Aktivitet
33	Tirsdag	11-08-2020	Velkommen tilbage fra sommerferie, Leg og en omgang ved fængslet
	Torsdag	13-08-2020	En omgang ved fængslet, leg og trapper
	Lørdag	15-08-2020	
34	Tirsdag	18-08-2020	Opvarmings leg, 1 omgang, 100 og 200 m
	Torsdag	20-08-2020	Opv. Leg, 1 omgang på tid, styrke øvelser, 1 omgang
	Lørdag	22-08-2020	
35	Tirsdag	25-08-2020	Opv. Leg, 1 omgang, point stafet, 1 omgang
	Torsdag	27-08-2020	DAGNÆS: Træningen foregår ved løbebanen ved dagnæshallen!!! 400m med mere.
	Lørdag	29-08-2020	
36	Tirsdag	01-09-2020	Opv. Leg, 2 omgange, dødbold, 1 omgang
	Torsdag	03-09-2020	opv. Leg, 1,5 omgang, Trapper og styrke, 1,5 omgang
	Lørdag	05-09-2020	
37	Tirsdag	08-09-2020	Opv. Leg, 1 omgang, point stafet, 2 omgange
	Torsdag	10-09-2020	Opv. Leg, 1 omgang, styrke, 1 omgang, hoppe øvelser, 1 omgang
	Lørdag	12-09-2020	
38	Tirsdag	15-09-2020	En tur i skoven bag fængslet - bakkestafet
	Torsdag	17-09-2020	Opv. Leg, 1 omgang på række, 1 omgang på tid, leg
	Lørdag	19-09-2020	

Børn- og unge holdet, Brian

Uge	Dag	Dato	Aktivitet
39	Tirsdag	22-09-2020	Opv. Leg, 1 omgang, point stafet, 1 omgang, styrke
	Torsdag	24-09-2020	DAGNÆS: Træningen foregår ved løbebanen ved dagnæshallen!!! 400m med mere.
	Lørdag	26-09-2020	
40	Tirsdag	29-09-2020	Trappe jagt, leg
	Torsdag	01-10-2020	Opvarmings leg, 1 omgang, 8x100m (først og sidste på tid), 1 omgang (mulig aflysning grundet træningslejr)
	Lørdag	03-10-2020	
41	Tirsdag	06-10-2020	opv. Leg, 1 omgang, stafet lege og styrke
	Torsdag	08-10-2020	Opv. Leg, 1 omgang på række, 2 omgange på tid, leg
	Lørdag	10-10-2020	
42	Tirsdag	13-10-2020	Ferie
	Torsdag	15-10-2020	Ferie
	Lørdag	17-10-2020	
43	Tirsdag	20-10-2020	Opv. Leg, 1 omgang, gelger - hop og styrke, 1 omgang
	Torsdag	22-10-2020	Opv. Leg 1 omgang, 4x 200m (første og sidste på tid) 1 omgang
	Lørdag		Mulig klubtur- Vejle Ådal
44	Tirsdag		
	Torsdag		
	Lørdag		

Børn- og unge holdet, Brian

Uge	Dag	Dato	Aktivitet
45	Tirsdag		
	Torsdag		
	Lørdag		
46	Tirsdag		
	Torsdag		
	Lørdag		
47	Tirsdag		
	Torsdag		
	Lørdag		
48	Tirsdag		
	Torsdag		
	Lørdag		
49	Tirsdag		
	Torsdag		
	Lørdag		
50	Tirsdag		
	Torsdag		
	Lørdag		