

# BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 10-14 2026 – MANDAGE



Spurt- og stigetræningszoner



# BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 10-14 2026 – TIRSDAGE



Spurt- og stigetræningszoner



# BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 10-14 2026 – ONSDAGE



## Spurt- og stigetræningszoner



# BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 10-14 2026 – TORSDAGE



Spurt- og stigetræningszoner



# BANEPLAN TUSE IDRÆTSANLÆG UGE 10-14 2026 – FREDAGE



Spurt- og stigetræningszoner



Sidste indendørstræning er i uge 11

Fredage i Tuse Hallen	
U8-drenge	16.30-17.30
U10-piger	17.30-18.30
U11-drenge	18.30-19.30
U16-piger	19.30-20.30
Herresenior	20.30-21.30
Lørdage i Tuse Hallen	
U9-drenge	08.00-09.00
Haletudserne	09.00-10.00
U8-piger	09.00-10.00
U7-drenge	10.00-11.00
U10-drenge	11.00-12.00
U6-drenge	12.00-13.00