

Sola Håndball treningstider 2025/2026 FØR JUL

Kommentarer:

Celler merket betyr halv bane
Celler farget betyr ledig halldid. Forbehold korreksjoner og eventuelt ønsker om endringer fra lag

oppdatert 18.06.2025

J2014 Kjerrberget torsdag 18:30-19:30 før jul
Åsenhallen B fredag 19:00-20:30 etter jul

A-lag	J2010	G2012	J2015	J 2017
Rekrutt	J2011	J2013	G2015	G2017
C/D lag	G2011	G2013	J2016	Mini 2018
Mini 2020	J2009	J2012	J2014	G2016
				Mini 2019

ÅSENHALLEN A					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
15:00 - 15:30	J2010	A-lag		J2009	A-lag
15:30 - 16:00	J2010	A-lag	G2011	J2009	A-lag
16:00 - 16:30	J2010	A-lag	G2011	J2009	A-lag
16:30 - 17:00	J2010	A-lag	G2011	J2009	A-lag
17:00 - 17:30	A-lag	Rekrutt	A-lag	A-lag	Rekrutt
17:30 - 18:00	A-lag		A-lag	A-lag	
18:00 - 18:30	A-lag		A-lag	A-lag	
18:30 - 19:00	A-lag	J2009	A-lag	A-lag	J2016
19:00 - 19:30	Rekrutt	J2009	Rekrutt	J2010	J2016
19:30 - 20:00		J2009		J2010	Fotball
20:00 - 20:30		J2009		J2010	Fotball
20:30 - 21:00	J2009	C-D	J2010	C-D	Fotball
21:00 - 21:30	J2009	C-D	J2010	C-D	Fotball
21:30 - 22:00	J2009	C-D	J2010	C-D	

ÅSENHALLEN B					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
15:00 - 15:30					
15:30 - 16:00			J2014	J2013	
16:00 - 16:30	J2014	G2015	J2014	J2013	G2011
16:30 - 17:00	J2014	G2015	J2014	J2013	G2011
17:00 - 17:30	G2011	Friddrett	G2013	Mini 2018	G2011
17:30 - 18:00	G2011	Friddrett	G2013	Mini 2018	G2012
18:00 - 18:30	G2011	J2015	G2016	J2012	G2012
18:30 - 19:00	J2011	J2015	G2016	J2012	G2012
19:00 - 19:30	J2011	J2015	G2016		Fotball
19:30 - 20:00	J2011	J2011	G2012		Fotball
20:00 - 20:30	Badminton	J2011	G2012	J2011	Fotball
20:30 - 21:00	Badminton	J2011	G2012	J2011	Fotball
21:00 - 21:30	Badminton	J2011		J2011	Fotball
21:30 - 22:00	Badminton				

Skadberghallen					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
16:00 - 16:30		J2013	G2015		
16:30 - 17:00		J2013	G2015		
17:00 - 17:30		J2013	J2016		
17:30 - 18:00		J 2017	J2016		
18:00 - 18:30		J 2017			
18:30 - 19:00		G2017			
19:00 - 19:30		G2017			
19:30 - 20:00					
20:00 - 20:30					
20:30 - 21:00					
21:00 - 21:30					
21:30 - 22:00					

Kjerrberget ungdomsskole					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
16:00 - 16:30				J2015	
16:30 - 17:00				J2015	
17:00 - 17:30	J2012	Mini 2020		J2015	
17:30 - 18:00	J2012	Mini 2020		Mini 2019	
18:00 - 18:30	J2013			Mini 2019	
18:30 - 19:00	J2013			J2014	
19:00 - 19:30	J2013			J2014	
19:30 - 20:00	G2013				
20:00 - 20:30	G2013				
20:30 - 21:00	G2013				
21:00 - 21:30					
21:30 - 22:00					

Vår Energi Sola hel bane					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
16:00 - 16:30					
16:30 - 17:00					
17:00 - 17:30		J2012			
17:30 - 18:00		J2012			
18:00 - 18:30		J2012			
18:30 - 19:00		J2012			
19:00 - 19:30					
19:30 - 20:00					
20:00 - 20:30					
20:30 - 21:00					
21:00 - 21:30					
21:30 - 22:00					

Vår Energi Forus					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
16:00 - 16:30					
16:30 - 17:00		G2013			
17:00 - 17:30		G2013			
17:30 - 18:00		G2013			
18:00 - 18:30					
18:30 - 19:00					
19:00 - 19:30					
19:30 - 20:00					
20:00 - 20:30	G2012				
20:30 - 21:00	G2012				
21:00 - 21:30	G2012				
21:30 - 22:00					

DAG	TID	Åsenhallen A	Åsenhallen B	Kjerrberget	Skadberg
	15:00 - 16:00				
	16:00 - 16:30				
	16:30 - 17:00				
	17:00 - 17:30				
	17:30 - 18:00				
	18:00 - 18:30				
	18:30 - 19:00				
	19:00 - 19:30				
	19:30 - 20:00				
	20:00 - 20:30				
	20:30 - 21:00				
	21:00 - 21:30				
	21:30 - 22:00				
	15:00 - 16:00				
	16:00 - 16:30				
	16:30 - 17:00				
	17:00 - 17:30				
	17:30 - 18:00				
	18:00 - 18:30				
	18:30 - 19:00				
	19:00 - 19:30				
	19:30 - 20:00				
	20:00 - 20:30				
	20:30 - 21:00				
	21:00 - 21:30				
	21:30 - 22:00				
	15:00 - 16:00				
	16:00 - 16:30				
	16:30 - 17:00				
	17:00 - 17:30				
	17:30 - 18:00				
	18:00 - 18:30				
	18:30 - 19:00				
	19:00 - 19:30				
	19:30 - 20:00				
	20:00 - 20:30				
	20:30 - 21:00				
	21:00 - 21:30				
	21:30 - 22:00				
	15:00 - 15:30				
	15:30 - 16:00				
	16:00 - 16:30				
	16:30 - 17:00				

17:00 - 17:30
17:30 - 18:00
18:00 - 18:30
18:30 - 19:00
19:00 - 19:30
19:30 - 20:00
20:00 - 20:30
20:30 - 21:00
21:00 - 21:30
21:30 - 22:00
15:00 - 15:30
15:30 - 16:00
16:00 - 16:30
16:30 - 17:00
17:00 - 17:30
17:30 - 18:00
18:00 - 18:30
18:30 - 19:00
19:00 - 19:30
19:30 - 20:00
20:00 - 20:30
20:30 - 21:00
21:00 - 21:30
21:30 - 22:00

