

Utkast, Plantider Flodala IP - Konstgräs V.41-V.19 2025/2026

Konstgräsyta 1 (YTA träningsområde A-B-C-D)

Måndagar	Tisdagar	Onsdagar	Torsdagar	Fredagar	Lördagar	Söndagar
Pass 1 17.15-18.45 90 min 17.30-18.45* 75 min	F14 (A-B) P11 (C-D)	3 lag delar på hela ytan P14 (B) F16 (C) P16 (D)	P13 (A) P11 (B) F13 (A) F14 (B) P12 (C) F15 (D)	P14 (A-B) Extra tid målvalksträning	Pass 1 09.00-10.30 90 min F15 P15	F18 P14
Pass 2 18.45-20.15 90 min	F11/12 (A-B) Damjuniorer (C-D)	U17 Herr U19 Herr A-LAG Herr	A-LAG DAM Damjuniorer	Extra tid för 9 mot 9 samt 11 mot 11 spel	Pass 2 10.30-12.00 90 min P11 F13	P12 F14
Pass 3 20.15-21.45 90 min	A-LAG Herr	A-LAG DAM Damjuniorer	U17 Herr U19 Herr	Ledig A Ledig B Ledig C Ledig C	Pass 3 16.30-18.30 90 min Extra tid för 9 mot 9 samt 11 mot 11 spel	U17 Herr U19 Herr

Konstgräsyta 2 (YTA träningsområde E-F)

Måndagar	Tisdagar	Onsdagar	Torsdagar	Fredagar	Lördagar	Söndagar
Pass 1 17.30-19.00 90 min	P13	P15 (E) P17 (F)	F17	Ledig (E) Ledig (F)	Pass 1 10.00-11.30 90 min P13	P18
Pass 2 19.00-20.30 90 min	Ledig (E) Ledig (F)	P12	F11/12	Ledig (E) Ledig (F)	Pass 2 11.30-13.00 90 min Ledig (E) Ledig (F)	F19 (E) P19 (F)
				Pass 3 16.30-18.00 90 min		F11/12

Hej. Ledare Her kommer et UTKAST på plantider 2025-2026 v. 41 - v. 19. Detta är er en start för att stegvis gå från en tvättstugemetodik til l ett fast schema som ligger år för år. Detta utkast ger möjligheter för våra lag att träna med äldre och yngre lag. Lagen är också fördelade på båda konstgräsytor. Om konstgräsyta 2 (KG2) inte är spelklar går lagen från KG2 upp till KG1 och delar på ytorna som är spelbara. Viktigt är att alla också förstår att vi lever med stora och små trupper samt lag som är sammanslagna för att lagen ska funger så bra som möjligt.

Vi har försökt fördela ytorna efter storleken på lagen. Vita tider är disponibla, men vi önskar i så stor grad som möjligt behålla grundstrukturen.

Vill barnen/ungdomarna träna mer uppmuntras man att träna extra med ett äldre eller yngre lag (ex. om ditt lag är P11 kan barnen träna med P10 eller P12). Man ska alltid tillhöra laget man tillhör åldersmässigt. Planerna delas in i följande områden: KG 1 A,B,C,D och KG 2 E,F

Dam/Flickor	Antal	Herr/Pojkar	Antal
DAM	2	HERR	2
Damjunior	3	U17/U19	3
F11/12	3	P11	3
F13	3	P12	3
F14	3	P13	3
F15	2	P14	3
F16	1	P15	2
F17	1	P16	1
F18	1	P17	1
F19	1	P18	1
		P19	1

