

## Treningstider Forsand Idrettslag hausten 2013

Tidspunkt	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
16.30		Sprett og Sprell			
17.00	Fotball G11	Sprett og Sprell	Fotball G09/10	Håndball J11	
17.30	Fotball G11	Håndball Mini	Fotball G09/10	Håndball J11	
18.00	Fotball G11	Håndball Mini	Fotball G09/10	Håndball J11	
18.30	Fotball A-lag	Håndball Mini – J/G 9		Fotball G16	
19.00	Fotball A-lag	Håndball J/G 9		Fotball G16	Fotball A- lag
19.30	Fotball A-lag	Håndball J/G 9	Voksen trim	Fotball G16	Fotball A- lag
20.00	Voksen trim	Badmington	Voksen trim	Fotball Old boys	Fotball A- lag
20.30	Voksen trim	Badmington	Voksen trim	Fotball Old boys	
21.00	Voksen trim	Badmington		Fotball Old boys	
21.30					
22.00					
22.30					
23.00					

Fotball A-lag	Arne Maudal	908 37 429
Fotball G16	Evy Thorsen	954 41 999
Fotball G/J 11/12	Torger Frøyland	909 98 166
Fotball G09/10	Frode Haukalid	975 90 209
Fotball G/J 08	Atle Espedal	909 22 644
Fotball Old boys	Tore-Hans Mikkelsen	924 06 752

Håndball J11	Kenneth Idsø	450 35 182
Håndball Mini	May Britt Haga	901 45 389
Sprett og Sprell	Helen Oaland	936 49 329
Dametric	Ellen Espedal	971 57 163
Badmington	Tom Inge Espedal	51 70 35 89
Håndball J/G 9	Kathrin Persche	958 88 663

Pr. 14.10.2013