Dato: 02-11-2026

Mandag	K1-1	K1-2	K1-3	K1-4
16.00-17.00			U8	U15A
17.00-18.00	ÅLHOLM		ÅLHOLM	
18.00-19.00				
19.00-20.00			Superveteran kl. 19.00-21.00	
20.00-21.00	ÅLHOLM			
21.00-22.00				

Mandag	K2-1	K2-2	K2-3	K2-4
16.00-17.15	U12A + U12B		U13A-U14A	
17.15-18.30	U12P	U10	U11	U11
18.30-19.45	U19A	U19A	U17A	U17A
19.45-21.00	U21A/S1	U21A/S1	U21A/S1	U21A/S1
21.00-22.00	U21A/S1	U21A/S1	U21A/S1	U21A/S1

Tirsdag	K1-1	K1-2	K1-3	K1-4
16-18	U14p + U9d		U13b	
18-20	U19b		U14b + U17b	
20.00-21.00				
21.00-22.00	ÅLHOLM			

Tirsdag	K2-1	K2-2	K2-3	K2-4
16.00-17.00	ÅLHOLM		ÅLHOLM	
17.00-18.00	U7 kl. 17-18			
18.00-19.00	Senior			
19.00-20.00	Senior			
20.00-21.00				
21.00-22.00				

Onsdag	K1-1	K1-2	K1-3	K1-4
16.00-17.15	U8 + U13b		U13A	
17.15-18.30	U11		U15b	
18.30-19.45	U17A		U19A	
19.45-21.00	U21A eller U17A/U19A			
21.00-22.00	ÅLHOLM			

Onsdag	K2-1	K2-2	K2-3	K2-4
16.00-17.15	U14A		U12A + U12B	
17.15-18.30	U10	U10 + U15A (17.45)	ÅLHOLM	
18.30-19.00	U15A	U15A		
19.00-21.00	ÅLHOLM + FIF			
21.00-22.00				

Torsdag	K1-1	K1-2	K1-3	K1-4
16.15-17.30			U13A	
17.30-18.45	ÅLHOLM 16.00 - 20.00		U10P - U12P	
18.45-20.00			Superveteran	
20.00-22.00	ÅLHOLM + GADEVANG			

Torsdag	K2-1	K2-2	K2-3	K2-4
16.30-17.45	U14A		U15A	
17.45-19.00	U19A		U17A	
19.00-20.15	U19b		S2	
20.15-21.00	U19b		S2	

Fredag	K1-1	K1-2	K1-3	K1-4
16.00-17.30	U14B + U15B		U13b + U14A (16.30)	
17.30-19.00	U17B		U15A - U14A (18.00)	
19.00-20.00				
19.00-20.00				
20.00-21.00				
21.00-22.00				

Fredag	K2-1	K2-2	K2-3	K2-4
16.00-17.30	U10-U11		U12-U13A	
17.30-19.00	U17A-U19A		U17A-U19A	
19.00-20.00	U17A-U19A		U17A-U19A	
19.00-20.00				
20.00-21.00				
21.00-22.00				

Hillerødsholmsskolen

Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
16-17	U8		U14 piger	U7	U9
17-18				U7	Fri
				Indendørs v-t kl.	
18-19				18-19.15	Fri
				Fodboldfitnes	
19-19.30				kl. 19.15-21.00	Fri
19.30-20	Fodboldfitness			Fodboldfitness	Fri
20-20.30	Fodboldfitness				Fri
20.30-21	Fodboldfitness			Fodboldfitnes	Fri
21-22					

Tid	Lørdag	Søndag
9.30-10.30	U4 + U5	
10-30-11.30	U6	
11.30-13	Fri	

Keepertræning								
Tid	Mandag		Tid	Onsdag		Tid	Torsdag	
16-17	U14-U15	RN	16-16.45	U12-U13	DM	16-17	U14-U15	RN
17.15-18.00	U12-U13	DM				17.45-19.00	U17-U19	RN
18.30-19.30	U17-U19	RN						