OPPEGÅRD IL TRENINGSTIDER SESONGEN 2018/2019

	MANDAG							
	GREVERUD	ØGI	ØGI Trimrom	ØGI styrkerom	ØSTLI	Flåtestad	Ingieråsen	Hellerasten
16.00-16.30	Håndball	Kolbotn	Kolbotn		Håndball	Bordtennis		Fotball
16.30-17.00		Kolbotn	Kolbotn			Bordtennis		Fotball
17.00-17.30		Kolbotn	Kolbotn			Bordtennis		Fotball
17.30-18.00		Kolbotn	Kolbotn			Bordtennis		Friidrett
18.00-18.30		Kolbotn	Kolbotn	Åpent		Bordtennis		Friidrett
18.30-19.00		Kolbotn	Kolbotn	for		Bordtennis		Friidrett
19.00-19.30		Kolbotn		alle	Skigruppa	Bordtennis		Friidrett
19.30-20.00		Kolbotn			Skigruppa	Bordtennis		Friidrett
20.00-20.30		Kolbotn			Skigruppa	Bordtennis		
20.30-21.00		Kolbotn			Skigruppa	Bordtennis		
21.00-21.30		Kolbotn			Skigruppa	Bordtennis		
21.30-22.00		Kolbotn			Skigruppa	Bordtennis		
22.00-22.30		Kolbotn						
22.30-23.00		Kolbotn						

	Tirsdag							
	GREVERUD	ØGI	ØGI Trimrom	ØGI styrkerom	ØSTLI	Flåtestad	Ingieråsen	Hellerasten
16.00-16.30	Håndball	Håndball			Bordtennis			Fotball
16.30-17.00					Bordtennis			Fotball
17.00-17.30					Bordtennis			Friidrett
17.30-18.00					Bordtennis			Friidrett
18.00-18.30	Kolbotn	Badminton			Bordtennis			Friidrett
18.30-19.00	Kolbotn	Badminton	Aerobic		Bordtennis			Friidrett
19.00-19.30	Kolbotn	Badminton	Aerobic		Bordtennis		Håndball	Friidrett
19.30-20.00	Kolbotn	Badminton			Bordtennis			Friidrett
20.00-20.30	Kolbotn	Badminton			Bordtennis	ledig		
20.30-21.00	Kolbotn	Håndball			Bordtennis	ledig		
21.00-21.30	Kolbotn				Bordtennis	ledig		
21.30-22.00	Kolbotn				Bordtennis	ledig		
22.00-22.30	Kolbotn							
22.30-23.00	Kolbotn							

*ønske fra badminton om tid på Østli kl.- 16 - 17.30

	Onsdag							
	GREVERUD	ØGI	ØGI Trimrom	ØGI styrkerom	ØSTLI	Flåtestad	Ingieråsen	Hellerasten
16.00-16.30	Håndball	Aktiv/HB			Bordtennis	Badminton		
16.30-17.00		Håndball			Bordtennis	Badminton		
17.00-17.30					Bordtennis	Badminton	Håndball	
17.30-18.00	KolbotnGarden				Bordtennis	Badminton		
18.00-18.30	KolbotnGarden			Åpent	Bordtennis			
18.30-19.00	KolbotnGarden			for	Bordtennis			
19.00-19.30	KolbotnGarden			alle	Bordtennis			
19.30-20.00	Håndball				Bordtennis			
20.00-20.30					Bordtennis			
20.30-21.00					Bordtennis			
21.00-21.30		HB/ Trim			Bordtennis			
21.30-22.00		HB/Trim			Bordtennis			
22.00-22.30								
22.30-23.00								

Torsdag								
	GREVERUD	ØGI	ØGI Trimrom	ØGI styrkerom	ØSTLI	Flåtestad	Ingieråsen	Hellerasten
16.00-16.30	Turn	Badminton	Badminton		Håndball			
16.30-17.00	Turn	Badminton						
17.00-17.30	Turn	Badminton	Friidrett					
17.30-18.00	Turn	Badminton	Friidrett					
18.00-18.30	Turn	Badminton/Allidrett	Friidrett	Friidrett	Bordtennis			
18.30-19.00	Håndball	Badminton/Allidrett	Friidrett	Friidrett	Bordtennis			
19.00-19.30		Kolbotn	Kolbotn	Friidrett	Bordtennis			
19.30-20.00		Kolbotn	Kolbotn	Friidrett	Bordtennis			
20.00-20.30		Kolbotn	Kolbotn		Bordtennis	Ledig		
20.30-21.00		Kolbotn	Kolbotn		Bordtennis	Ledig		
21.00-21.30		Kolbotn	Kolbotn		Bordtennis	Ledig		
21.30-22.00		Kolbotn	Kolbotn		Bordtennis	Ledig		
22.00-22.30		Kolbotn						
22.30-23.00		Kolbotn						

Fredag								
	GREVERUD	ØGI	ØGI Trimrom	ØGI styrkerom	ØSTLI	Flåtestad	Ingieråsen	Hellerasten
16.00-16.30	Håndball	Aktiv/HB			Bordtennis		Fotball	
16.30-17.00		Håndball			Bordtennis		Fotball	
17.00-17.30					Bordtennis		Fotball	
17.30-18.00					Bordtennis		Fotball	
18.00-18.30				Åpent	Bordtennis			
18.30-19.00				for	Bordtennis			
19.00-19.30	Kolbotn			alle	Bordtennis			
19.30-20.00	Kolbotn				Bordtennis			
20.00-20.30	Kolbotn				Bordtennis			
20.30-21.00	Kolbotn				Bordtennis			
21.00-21.30	Kolbotn				Bordtennis			
21.30-22.00	Kolbotn				Bordtennis			
22.00-22.30	Hallene stenger kl 22							
22.30-23.00								

*turn ønsker tid GH fredag hvis mulig.

	LØRDAG			SØNDAG	
	GREVERUD	ØG	INGIERÅSEN	GREVERUD	ØG
9.00-9.30	Turn	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
9.30-10.00	Turn	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
10.00-10.30	Turn	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
10.30-11.00	Turn	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
11.00-11.30	Turn	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
11.30-12.00	Turn	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
12.00-12.30	KAMPER	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
12.30-13.00	KAMPER	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
13.00-13.30	KAMPER	Kolbotn	Håndball	Kolbotn	KAMPER
13.30-14.00	KAMPER	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
14.00-14.30	KAMPER	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
14.30-15.00	KAMPER	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
15.00-15.30	KAMPER	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
15.30-16.00	KAMPER	Kolbotn		Kolbotn	KAMPER
16.00-16.30	KAMPER	Kolbotn / HB hvis mulig		Turn/HB kamp	KAMPER
16.30-17.00	KAMPER	Kolbotn / HB hvis mulig		Turn/HB kamp	KAMPER
17.00-17.30	KAMPER	Kolbotn / HB hvis mulig		Turn/HB kamp	KAMPER
17.30-18.00	KAMPER	Kolbotn / HB hvis mulig		Turn/HB kamp	KAMPER
18.00-18.30	KAMPER	Kolbotn / HB hvis mulig		Turn/HB kamp	KAMPER
18.30-19.00	KAMPER	Kolbotn / HB hvis mulig		Turn/HB kamp	KAMPER
19.00-19.30	KAMPER	Håndball		Håndball	KAMPER
19.30-20.00	KAMPER				KAMPER
20.00-20.30	Må søke kommunen om bruk etter kl 20				Badminton
20.30-21.00					Badminton
21.00-21.30					Badminton
21.30-22.00					Badminton

Greverudhallen, HB kamper har prioritet foran turn
Greverudhallen, HB kamper har prioritet foran turn
Greverudhallen, HB kamper har prioritet foran turn
Greverudhallen, HB kamper har prioritet foran turn
Greverudhallen, HB kamper har prioritet foran turn
Greverudhallen, HB kamper har prioritet foran turn