

OPPEGÅRD IL TRENINGSTIDER SESONGEN 2018/2019

	MANDAG							
	GREVERUD	ØGI	ØGI Trimrom	ØGI styrkerom	ØSTLI	Flåtestad	Ingieråsen	Hellerasten
16.00-16.30	J06	Kolbotn	Kolbotn		PUTTE	Bordtennis		Fotball
16.30-17.00	J06	Kolbotn	Kolbotn		PUTTE	Bordtennis		Fotball
17.00-17.30	G05*/J09	Kolbotn	Kolbotn			Bordtennis		Fotball
17.30-18.00	G05*/J09	Kolbotn	Kolbotn	FB G03		Bordtennis		Friidrett
18.00-18.30	G05/G10	Kolbotn	Kolbotn	Åpent		Bordtennis		Friidrett
18.30-19.00	G05/G10	Kolbotn	Kolbotn	for		Bordtennis		Friidrett
19.00-19.30	J05	Kolbotn		alle	Skigruppa	Bordtennis		Friidrett
19.30-20.00	J05	Kolbotn			Skigruppa	Bordtennis		Friidrett
20.00-20.30	J16/15	Kolbotn			Skigruppa	Bordtennis		
20.30-21.00	J16/15	Kolbotn			Skigruppa	Bordtennis		
21.00-21.30	D3/J18	Kolbotn			Skigruppa	Bordtennis		
21.30-22.00	D3/J18	Kolbotn			Skigruppa	Bordtennis		
22.00-22.30	D3/J18	Kolbotn						
22.30-23.00	SU	Kolbotn						

	Tirsdag							
	GREVERUD	ØGI	ØGI Trimrom	ØGI styrkerom	ØSTLI	Flåtestad	Ingieråsen	Hellerasten
16.00-16.30	PUTTE	J06	J07		Bordtennis			Fotball
16.30-17.00	PUTTE	J06	J07		Bordtennis			Fotball
17.00-17.30	G06	J07	J06		Bordtennis			Friidrett
17.30-18.00	G06	J07	J06		Bordtennis			Friidrett
18.00-18.30	Kolbotn	Badminton	Aerobic		Bordtennis			Friidrett
18.30-19.00	Kolbotn	Badminton	Aerobic		Bordtennis			Friidrett
19.00-19.30	Kolbotn	Badminton	Aerobic	FB Jjr. /02	Bordtennis		HBG09/ FBJ2010*	Friidrett
19.30-20.00	Kolbotn	Badminton	J18/D3	FB Jjr. /02	Bordtennis		HBG09/ FBJ2010*	Friidrett
20.00-20.30	Kolbotn	Badminton	J18/D3	FB G05	Bordtennis	Bordtennis	HBG09/ FBJ2010*	
20.30-21.00	Kolbotn	D3/J18	FB Veteran D	FB G05	Bordtennis	Bordtennis	FB J05	
21.00-21.30	Kolbotn	D3/J18			Bordtennis	Bordtennis	FB J05	
21.30-22.00	Kolbotn	H5			Bordtennis	Bordtennis	FB J05	
22.00-22.30	Kolbotn	H5						
22.30-23.00	Kolbotn	SU						

Onsdag									
	GREVERUD	ØGI	ØGI Trimrom	ØGI styrkerom	ØSTLI	Flåtestad	Ingieråsen	Hellerasten	
16.00-16.30	J09	Aktiv/J05	G11/J11		Bordtennis	Badminton			
16.30-17.00	J09/J08	J05	G11/J11		Bordtennis	Badminton			
17.00-17.30	J08	G11/J11	J05	FB J05	Bordtennis	Badminton	FB Putteskolen		
17.30-18.00	KolbotnGarden	G11/J11	J05	FB J05	Bordtennis	Badminton	FB Putteskolen		
18.00-18.30	KolbotnGarden	G10/G09 (J06*)	J15	Åpent	Bordtennis		FB Putteskolen		
18.30-19.00	KolbotnGarden	G10/G09 (J06*)	J15	for	Bordtennis		FB Putteskolen		
19.00-19.30	KolbotnGarden	J15	J06	alle	Bordtennis				
19.30-20.00	G07/G08	J15	J06		Bordtennis				
20.00-20.30	G07/G08	J18 alle		H5	Bordtennis				
20.30-21.00	G04	J18 alle		H5	Bordtennis				
21.00-21.30	G04	H5/TRIM			Bordtennis				
21.30-22.00	D5-6/D33	H5/TRIM			Bordtennis				
22.00-22.30	D5-6/D33	(H5)							
22.30-23.00		SU							
Torsdag									
	GREVERUD	ØGI	ØGI Trimrom	ØGI styrkerom	ØSTLI	Flåtestad	Ingieråsen	Hellerasten	Drømtorp
16.00-16.30	Turn	Badminton	Badminton		Bordtennis				
16.30-17.00	Turn	Badminton			Bordtennis				
17.00-17.30	Turn	Badminton	Friidrett		Bordtennis				SU
17.30-18.00	Turn	Badminton	Friidrett	FB G03	Bordtennis				SU
18.00-18.30	Turn	Badminton/Ti Irettelagt	KILBasket G04		Bordtennis				SU
18.30-19.00	J10/J06	Badminton/Ti Irettelagt	KILBasket G04		Bordtennis				J07
19.00-19.30	J10/J06	Kolbotn	OI FB G04		Bordtennis				J07
19.30-20.00	Lerøy/D3	Kolbotn	OI FB G04		Bordtennis				J07
20.00-20.30	Lerøy/D3	Kolbotn	Kolbotn		Bordtennis	Bordtennis			
20.30-21.00	Lerøy/D3	Kolbotn	Kolbotn	FB Veteran D	Bordtennis	Bordtennis			
21.00-21.30	J15/16	Kolbotn	Kolbotn		Bordtennis	Bordtennis			
21.30-22.00	J15/16	Kolbotn	Kolbotn		Bordtennis	Bordtennis			
22.00-22.30	SU	Kolbotn							
22.30-23.00	SU	Kolbotn							

			Fredag						
	GREVERUD	ØGI	ØGI Trimrom	ØGI styrkerom	ØSTLI	Flåtestad	Ingieråsen	Hellerasten	Drømtorp
16.00-16.30	J07	G09/Aktiv			Bordtennis		Fotball		
16.30-17.00	J07	G09/J08			Bordtennis		Fotball		
17.00-17.30	G08	G05/J08	J05		Bordtennis		Fotball		G06
17.30-18.00	G08	G05	J05		Bordtennis		Fotball		G06
18.00-18.30	D5-6/D33	J05	G05	Åpent	Bordtennis				G06
18.30-19.00	D5-6/D33	J05		for	Bordtennis				G07
19.00-19.30	Kolbotn	J16/Bring		alle	Bordtennis				G07
19.30-20.00	Kolbotn	J16/Bring			Bordtennis				SU
20.00-20.30	Kolbotn	J16/Bring			Bordtennis				
20.30-21.00	Kolbotn	SU			Bordtennis				
21.00-21.30	Kolbotn	SU			Bordtennis				
21.30-22.00	Kolbotn	SU			Bordtennis				
22.00-22.30	Alle haller stegner kl 22 fredager								
22.30-23.00									

	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	Fotball ?	Kolbotn	KAMPER
13.30-14.00	KAMPER	Kolbotn	Fotball ?	Kolbotn	KAMPER
14.00-14.30	KAMPER	Kolbotn	Fotball ?	Kolbotn	KAMPER
14.30-15.00	KAMPER	Kolbotn	Fotball ?	Kolbotn	KAMPER
15.00-15.30	KAMPER	Kolbotn	Fotball ?	Kolbotn	KAMPER
15.30-16.00	KAMPER	Kolbotn	Fotball ?	Kolbotn	KAMPER

16.00-16.30	KAMPER	Kolbotn / HB hvis mulig		Turn	KAMPER	HB Kamper i Greverud, hvis ikke er turn prioritert
16.30-17.00	KAMPER	Kolbotn / HB hvis mulig		Turn	KAMPER	HB Kamper i Greverud, hvis ikke er turn prioritert
17.00-17.30	KAMPER	Kolbotn / HB hvis mulig		Turn	KAMPER	HB Kamper i Greverud, hvis ikke er turn prioritert
17.30-18.00	KAMPER	Kolbotn / HB hvis mulig		Turn	KAMPER	HB Kamper i Greverud, hvis ikke er turn prioritert
18.00-18.30	KAMPER	Kolbotn / HB hvis mulig		Turn	KAMPER	HB Kamper i Greverud, hvis ikke er turn prioritert
18.30-19.00	KAMPER	Kolbotn / HB hvis mulig		Turn	KAMPER	HB Kamper i Greverud, hvis ikke er turn prioritert
19.00-19.30	KAMPER	SU		Håndball	KAMPER	
19.30-20.00	KAMPER	SU		Håndball	KAMPER	
20.00-20.30	Må søkes kommunen ved bruk			Håndball	Badminton	
20.30-21.00				Håndball	Badminton	
21.00-21.30				Håndball	Badminton	
21.30-22.00				Håndball	Badminton	