

Lethallen

KL	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
07.00 – 08.30	08:00 - 09:30 Talentcenter Haderslev		08:00 - 09:30 Talentcenter Haderslev		07:30 - 09:30 Talentcenter Haderslev U 14 D		09:00 - 10:30 motionsfodbold K 1 B
08.30 – 09.00							
09.00 – 09.30							
09.30 – 10.00							
10.00 – 10.30	10:00 - 12:30 SJF Superliga Træning	10:00 - 12:30 SJF Superliga Træning	10:00 - 12:30 SJF Superliga Træning	10:00 - 12:30 SJF Superliga Træning	10:00 - 12:30 SJF Superliga Træning	10:00 - 11:00 HFK åben lethal	10:30 - 12:00
10.30 – 11.00						11:00 - 12:00 HFK åben lethal	
11.00 – 11.30						12:00 - 14:00 Ombold K 4 A	
11.30 – 12.00							
12.00 – 12.30							
12.30 – 13.00							
13.00 – 13.30							
13.30 – 14.00							
14.00 – 14.30							
14.30 – 15.00	14:30 - 15:30 HFK P - K 4			14:30 - 15:30 HFK P - K 4			
15.00 – 15.30							
15.30 – 16.00	16:00 - 17:30 U 10 D/P	15:30 - 17:30 HFK/SJF Talent U 14 D	15:30 - 17:30 U 9 D/P	15:30 - 17:30 U 10 D/P	15:30 - 17:30 HFK/SJF Talent U 14 D		
16.00 – 16.30							
16.30 – 17.00	17:00 - 18:00 U 8 D/P	17:30 - 19:00 U 12 D/P	17:30 - 19:00 U 11 D/P	17:30 - 19:00 U 12 D/P	17:30 - 19:00 U 16 Piger 1		
17.00 – 17.30							
17.30 – 18.00	17:30 - 19:00 U 11 D/P	19:00 - 20:30 U 19 drenge	19:00 - 20:30 +55 motion	19:00 - 20:30 U 19 Dreng	19:00 - 20:30 Herre Serie 5		
18.00 – 18.30							
18.30 – 19.00	19:00 - 20:30	20:30 - 22:00	20:30 - 22:00	20:30 - 22:00	20:30 - 22:00		
19.00 – 19.30							
19.30 – 20.00							
20.00 – 20.30							
20.30 – 21.00	20:30 - 22:00	20:30 - 22:00	20:30 - 22:00	20:30 - 22:00	20:30 - 22:00		
21.00 – 21.30							
21.30 – 22.00							
22.00 – 22.30							
22.30 – 23.00							

Kunstgræsbanen ved HIC - BANE 7

KL	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
07.00 – 08.30	08:00 - 10:00 HFK/SJF Talent U 17 D		08:00 - 11:30 HFK/SJF Talent U 15 D & U17 D	08:00 - 11:30 HFK/SJF Talent U 15 D & U17 D			
08.30 - 09.00							
09.00 - 09.30							
09.30 - 10.00							
10.00 - 10.30							
10.30 - 11.00							
11.00 - 11.30							
11.30 - 12.00							
12.00 - 12.30							
12.30 - 13.00							
13.00 - 13.30							
13.30 - 14.00							
14.00 - 14.30							
14.30 - 15.00							
15.00 - 15.30							
15.30 – 16.00	15:30 - 17:30 HFK/SJF Talent U 19 D	15:30 - 17:30 HFK/SJF Talent U 19 D	15:30 - 17:30 HFK/SJF Talent U 13 D & U 14 D	15:30 - 17:30 HFK/SJF Talent ekstra	15:30 - 17:30 HFK/SJF Talent U 19 D		
16.00 - 16.30							
16.30 - 17.00							
17.00 - 17.30	17:30 - 19:00 HFK/SJF U 13 dr ½ U 13 drenge ½	17:30 - 19:00 HFK/SJF U 13 dr ½ U 13 piger ½	17:30 - 19:00 HFK U 14 & 15 drenge 2	17:30 - 19:00 HFK/SJF U 13 dr ½ U 13 piger ½	17:30 - 19:00 HFK U 14 & 15 drenge 2		
17.30 - 18.00							
18.00 - 18.30							
18.30 - 19.00	19:00 - 20:30 U 16 & U 17 drenge 2	19:00 - 20:30 HFK Herre senior	19:00 - 20:30 U 16 & U 17 drenge 2	19:00 - 20:30 HFK Herre senior	19:00 - 20:30 fri		
19.00 - 19.30							
19.30 - 20.00							
20.00 - 20.30							
20.30 - 21.00							
21.00 - 21.30							
21.30 - 22.00							
22.00 - 22.30							
22.30 - 23.00							

22.30 - 23.00

Kunstgræsbanen ved HIC - BANE 8

KL	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
----	--------	---------	--------	---------	--------	--------	--------

07.00 – 08.30
08.30 – 09.00
09.00 – 09.30
09.30 – 10.00
10.00 – 10.30
10.30 – 11.00
11.00 – 11.30
11.30 – 12.00
12.00 – 12.30
12.30 – 13.00
13.00 – 13.30
13.30 – 14.00
14.00 – 14.30
14.30 – 15.00
15.00 – 15.30
15.30 – 16.00
16.00 – 16.30
16.30 – 17.00
17.00 – 17.30
17.30 – 18.00
18.00 – 18.30
18.30 – 19.00
19.00 – 19.30
19.30 – 20.00
20.00 – 20.30
20.30 – 21.00
21.00 – 21.30
21.30 – 22.00
22.00 – 22.30
22.30 – 23.00
22.30 – 23.00

08:00 - 09:30 Pigetalent	08:00 - 09:30 Pigetalent	08:00 - 11:00 HFK/SJF Talent U 19 D	08:00 - 11:00 HFK/SJF Talent U 19 D	
15:30 - 17:30 HFK/SJF Talent U 14 D & U 15 D	15:30 - 17:30 HFK/SJF Talent U 15 D & U 17 D	17:00 - 18:30 U 13 drenge	15:30 - 17:30 fri	15:30 - 17:30 HFK/SJF Talent U 15 D & U 17 D
17:30 - 19:00 HFK U 13-14-19 Pige	17:30 - 19:00 HFK U 16 -17-19 Pige		17:30 - 19:00 HFK U 16-17-19 Pige	17:30 - 19:00 Sønderjyllands fodbold piger
17:30 - 20:30 HFK U 13 & U 14 Pige	19:00 - 20:30 HFK Kvinde senior		18:30 - 20:00 HFK U 13 & U 14 Pige	19:00 - 20:30 HFK Kvinde senior

Kunstgræsbanen (Sydbyen)

KL	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
08.00 – 08.30							
08.30 - 09.00							
09.00 - 09.30							
09.30 - 10.00							
10.00 - 10.30							
10.30 - 11.00							
11.00 - 11.30							
11.30 - 12.00							
12.00 - 12.30							
12.30 - 13.00							
13.00 - 13.30							
13.30 - 14.00							
14.00 - 14.30							
14.30 - 15.00							
15.00 - 15.30							
15.30 – 16.00							
16.00 - 16.30							
16.30 - 17.00							
17.00 - 17.30							
17.30 - 18.00							
18.00 - 18.30							
18.30 - 19.00							
19.00 - 19.30							
19.30 - 20.00							
20.00 - 20.30							
20.30 - 21.00							
21.00 - 21.30							
21.30 - 22.00							
22.00 - 22.30							
22.30 - 23.00							

Kunstgræsbanen Rådhuset

KL	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
08.00 - 08.30							
08.30 - 09.00							
09.00 - 09.30							
09.30 - 10.00							
10.00 - 10.30							
10.30 - 11.00							
11.00 - 11.30							
11.30 - 12.00							
12.00 - 12.30							
12.30 - 13.00							
13.00 - 13.30							
13.30 - 14.00							
14.00 - 14.30							
14.30 - 15.00							
15.00 - 15.30							
15.30 - 16.00							
16.00 - 16.30							
16.30 - 17.00							
17.00 - 17.30							
17.30 - 18.00							
18.00 - 18.30							
18.30 - 19.00							
19.00 - 19.30							
19.30 - 20.00							
20.00 - 20.30							
20.30 - 21.00							
21.00 - 21.30							
21.30 - 22.00							
22.00 - 22.30							
22.30 - 23.00							

17:30 - 19:00
HFK BUSH

16:00 - 18:00
+ 1 træning

Kunstgræsbanen Vojens

KL	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
15.00 - 15.30							
15.30 - 16.00							
16.00 - 16.30							
16.30 - 17.00							
17.00 - 17.30							
17.30 - 18.00							
18.00 - 18.30							
18.30 - 19.00							
19.00 - 19.30							
19.30 - 20.00							
20.00 - 20.30							
20.30 - 21.00							
21.00 - 21.30							
21.30 - 22.00							

Græsbane - bane 6

KL	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
15.00 - 15.30							
15.30 - 16.00							
16.00 - 16.30							
16.30 - 17.00							
17.00 - 17.30							
17.30 - 18.00							
18.00 - 18.30							
18.30 - 19.00							
19.00 - 19.30							
19.30 - 20.00							
20.00 - 20.30							
20.30 - 21.00							
21.00 - 21.30							
21.30 - 22.00							

18:00 - 19:30
+ 55 Herre
K 1

Haderslev Hallen

KL	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
15.30 – 16.00							
16.00 – 16.30							
16.30 – 17.00	16:30 - 17:30 U 9 P/D hold 1		16:30 - 17:30 U 7 P/D hold 1	16:30 - 18:30 U 8 P/D	16:30 - 18:30 + 1 træning		
17.00 – 17.30			17:30 - 18:30 U 7 P/D hold 2				
17.30 – 18.00	17:30 - 18:30 U 9 P/D hold 2						
18.00 – 18.30							
18.30 – 19.00							
19.00 – 19.30							
19.30 – 20.00							
20.00 – 20.30							
20.30 – 21.00							
21.00 – 21.30							
21.30 – 22.00							

Favrddal Hallen

KL	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
15.30 – 16.00							
16.00 – 16.30							
16.30 – 17.00							
17.00 – 17.30				16:30 - 18:00 U 5 & bold og bev.	16:30 - 18:00 + 1 træning		
17.30 – 18.00							
18.00 – 18.30							
18.30 – 19.00							
19.00 – 19.30							
19.30 – 20.00							
20.00 – 20.30							
20.30 – 21.00							
21.00 – 21.30							
21.30 – 22.00							

Favrdal Gymnastiksal

KL	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
15.30 - 16.00							
16.00 - 16.30							
16.30 - 17.00							
17.00 - 17.30							
17.30 - 18.00							
18.00 - 18.30							
18.30 - 19.00							
19.00 - 19.30							
19.30 - 20.00							
20.00 - 20.30							
20.30 - 21.00							
21.00 - 21.30							
21.30 - 22.00							

16:00 - 16:59
Børneafdeling + 1

Erlev Skole

KL	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
15.30 - 16.00							
16.00 - 16.30							
16.30 - 17.00							
17.00 - 17.30		17:00 - 18:30 Get2sport		17:00 - 19:00 +1 motorik			
17.30 - 18.00							
18.00 - 18.30							
18.30 - 19.00							
19.00 - 19.30							
19.30 - 20.00							
20.00 - 20.30							
20.30 - 21.00							
21.00 - 21.30							
21.30 - 22.00							

Haderslev Idrætscenter Hal 1

KL	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
15.30 - 16.00							
16.00 - 16.30							
16.30 - 17.00			16:00 - 18:00 U 6 Mix P/D				
17.00 - 17.30							
17.30 - 18.00							
18.00 - 18.30							
18.30 - 19.00							
19.00 - 19.30							
19.30 - 20.00							
20.00 - 20.30							
20.30 - 21.00							
21.00 - 21.30							
21.30 - 22.00							

Vinter træningsplan for perioden 20-10-25 til 13-04-26

tiden godkendt af komunne for sæson 2025-26			opdateret 24-06-2025
Pigetalent 2025	Børneafdelinge og input 2025-26	Talenthold 2025	