

Treningstider i Sparebanken Møre Arena idrettsperioden 2024-2025

Mandag						
Areal	4A	4B	1	2	3	Løpebane
06:30 - 07:30						
08:00 - 09:30	Idrettsfag Spjelkavik vgs	Idrettsfag Spjelkavik vgs	Idrettsfag Spjelkavik vgs	Idrettsfag Spjelkavik vgs	Idrettsfag Spjelkavik vgs	
09:30 - 14:00						
14:00 - 16:00	Guard FFO 14:15-15:30	Guard FFO 14:15-15:30	Aksla FFO 14:30-16:00	Aksla FFO 14:30-16:00	Aksla FFO 14:30-16:00	
16:00 - 17:00						
16:30 - 17:30	Ellingsøy G2012 16:30-17:30	Rollon A-lag 16:30-17:30	Aksla J06 17-18	Aksla G9 17-18	Aksla J08 17-18	
17:30 - 19:00	BIL 9-12 ÅR 17:30-19	Emblem G2011 17:30-19	Aksla J9 18-19	Frelsesarmeen - Ålesund Gatefotball 18-19	Guard G08 2016 18-19	ÅFIK 18-21
19:00 - 20:30	BIL 13-16 ÅR 19-20:30	BIL 13-16 ÅR 19-20:30	Blindheim G2008/2009 19-20:30	Blindheim G2008/2009 19-20:30	Blindheim G2008/2009 19-20:30	ÅFIK 18-21
20:30 - 22:00	Emblem IL A-lag 20:30-22	Emblem IL A-lag 20:30-22	NTNUI-Ålesund Herrer 20:30-22	NTNUI-Ålesund Herrer 20:30-22	NTNUI-Ålesund Herrer 20:30-22	

Tirsdag						
Areal	4A	4B	1	2	3	Løpebane
15:00 - 16:00	AaFK Fortuna 15:00-16:00					
16:30 - 17:30	Ledig 16-17:30	Ledig 16-17:30	Det Kongelige Trimselskab 16:30-17:30	Aksla G10 17-18	Rollon G2016 16:30-17:30	
17:30 - 19:00	Aksla G08 17:30-19 / G08 / G12	Spjelkavik IL G11 17:30-19	Rollon G2014 17:30-19:00	Aksla G7 18-19	Rollon J2015 17:30-19:00	
19:00 - 20:30	SIF/Hessa Damer 19-20:30	SIF/Hessa Damer 19-20:30	Ellingsøy G13 19-20:30	Rollon/Aksla J2011 19-20:30	twoday Avento 19-20:30	
20:30 - 22:00	Aksla Damer 20:30-22:00	SIF/Hessa G19 20:30-22	Bedriftsidretten 20:30-22	TSP 20:30-22	Bedriftsidretten 20:30-22	

Onsdag						
Areal	4A	4B	1	2	3	Løpebane
08:00 - 09:30						
13:00 - 14:00			Aalesunds FK Gatelag 13-14			
14:30 - 16:00	Aksla FFO 14:30-16:00					
16:30 - 17:30/18	Ledig 16-17:30	Ledig 16-17:30	Aksla G06 17:00-18:00	Spjelkavik G2015 17-18	Aksla J11 16:30-17:30	
17:30 - 19:00	Rollon J2012/J2013/J2014 17:30-19	Rollon J2012/J2013/J2014 17:30-19	Aksla J07 18:00-19:00	Ellingsøy G9 18-19	Rollon/Guard 2013 17:30-19	
19:00 - 20:30	Rollon A-Lag 19-20:30	Rollon A-Lag 19-20:30	Tafjord Bedriftsidrettslag 19-20:30	Kongsberg Bølgen 19-20:30	G2014 Spjelkavik 19-20:30	
20:30 - 22:00	SIF/Hessa A-lag 20:30-22	SIF/Hessa A-lag 20:30-22	SIF /Hessa G16 20:30-22	SIF /Hessa G16 20:30-22	SIF /Hessa G16 20:30-22	

Torsdag						
Areal	4A	4B	1	2	3	Løpebane
06:30-07:30						
08:00 - 09:30	Idrettsfag Spjelkavik vgs	Idrettsfag Spjelkavik vgs	Idrettsfag Spjelkavik vgs	Idrettsfag Spjelkavik vgs	Idrettsfag Spjelkavik vgs	
09:30 - 14:00						
14:00 - 16:00	Guard FFO 14:15-15:30	Guard FFO 14:15-15:30				
16:00 - 17:00						
17:00 - 17:30	Ledig 16-17:30	Ledig 16-17:30	Rollon G2017 17-18	Rollon J2017 17-18	Ledig 16:00-17:30	
17:30 - 19:00	AaFK Fortuna 17:30-19:00	AaFK Fortuna 17:30-19:00	Guard UH-lag kl. 18-19	Aksla J10 18-19	SIF/HESSA G2014 17:30-19	ÅFIK 18-19:30
19:00 - 20:30	Aksla J14 /J16 19-20:30 / G13 annenhver uke	Emblem IL G16/G12 19-20:30 annenhver uke	SIF / Hessa J14/J16 19-20:30	SIF / Hessa J14/J16 19-20:30	SIF / Hessa J14/J16 19-20:30	
20:30 - 22:00	Aksla Herrer 20:30-22:00	Spjelkavik2 20:30-22	Reising B.I.L. 20:30-22	TSP 20:30-22:00	Kvenna EMT 20:30-22:00	

Fredag						
Areal	4A	4B	1	2	3	Løpebane
08:00-09:00						
13:00 - 14:00			Aalesunds FK Gatelag KL. 13-14			
14:00 - 17:00						
17:00 - 18:30	Aksla Keeperakademi 17:30-19 / 18:30-20	Ledig 17:30-19 frem til jul	NTNUI-Ålesund Herrer 17:00-18:30	NTNUI-Ålesund Herrer 17:00-18:30	NTNUI-Ålesund Herrer 17:00-18:30	
19:30-23:00	DISKGOLF kl. 19-23. Datoer: 29.11 / 13.12 / 10.01 / 07.02 / 21.03					