

Treningstid Trondheim 2025/26

Blussuvollhallen

Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630				Freidig	
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800					
1800-1830					
1830-1900					
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030					
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Ranheim blå/indre

Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630					
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800					
1800-1830					
1830-1900					
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030					
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Klæbuhallen									
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag				
1600-1630					KIBK				
1630-1700									
1700-1730									
1730-1800									
1800-1830									
1830-1900	KIBK								
1900-1930									
1930-2000									
2000-2030									
2030-2100									
2100-2130									
2130-2200									
2200-2230									
2230-2300									

Tanemshallen					
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630					
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800					
1800-1830					
1830-1900			KIBK		
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030					
2030-2100					
2100-2130		KIBK	KIBK		
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Nidarvollhallen						
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	
1600-1630	Nidelv					
1630-1700						
1700-1730						
1730-1800				Nidelv 2/3		
1800-1830						
1830-1900						
1900-1930						
1930-2000						
2000-2030				Nidelv		
2030-2100						
2100-2130				Utleira		
2130-2200						
2200-2230						
2230-2300						

TS A 4					
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630					Landhockey
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800					
1800-1830					
1830-1900					
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030					
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Utleirahallen 1 (priv)					
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Disse tidene er kun veildende. Idrettslaget tildeler treningstid til sine undergrupper etter avtale med disse direkte.					
1600-1630	Utleira			Utleira	Utleira
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800					
1800-1830					
1830-1900					
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030					
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Flatåshallen (priv)					
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630					
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800		Flatås			
1800-1830					
1830-1900					
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030					
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

TOBBhallen Sjetne IL (priv)					
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630			Sjetne		
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800					
1800-1830	Sjetne		Sjetne		
1830-1900					
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030			Sjetne		
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Ranheim akt.hall A					
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630					
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800				El- innebandy	
1800-1830					
1830-1900					
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030					
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Trygg/Lade hallen (priv)					
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630			T/L		
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800					
1800-1830					
1830-1900					
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030					
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Byåsen VGS					
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630					
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800					
1800-1830					
1830-1900					
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030					
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Charlottenlund vgs					
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630					
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800					
1800-1830					
1830-1900					
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030					
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Strinda vgs (4 saler)					
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630					
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800					
1800-1830					
1830-1900					
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030					
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Tiller Arena - vgs					
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630		Sjetne			
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800					
1800-1830				Sjetne	Sjetne
1830-1900					
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030					
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Cissi Klein - vgs					
Tid/Dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1600-1630					
1630-1700					
1700-1730					
1730-1800					
1800-1830			Ranheim		
1830-1900	Freidig	Nidelv	CSK	Freidig	
1900-1930					
1930-2000					
2000-2030			Sjetne		
2030-2100					
2100-2130					
2130-2200					
2200-2230					
2230-2300					

Byneshallen		
Tid/Dag		Søndag
1830-1900		
1900-1930		
1930-2000		
2000-2030		Byneset
2030-2100		
2100-2130		
2130-2200		
2200-2230		
2230-2300		