

Kl	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag
15:00			G12 J13 BFK		G12	10:00 -11:30 Lørdagstrening
15:30			G12 J13 BFK		G12	
16:00			G12 J13 BFK		G12 J 12 G10	
16:30	J12 J10	J 9 G/J 5		G10 G11 J11	J12 G10	
17:00	J 8 J12 J 10	J 9 G/J 5 G 9	Oppstart 16:50 Kamper g 8 Kamper j 8 Kamper g 9 Kamper j 9	G10 G11 J11	J12	
17:30	J 8 J12 J 10	G 9 G 7 G 8	Kamper g 8 Kamper j 8 Kamper g 9 Kamper j 9	G10 G11 J11	J12	
18:00	G 10 J 11 G11	G 9 G 7 G 8	Kamper j10 Kamper g 10	Oppstart 18:10 Kamper g12 Kamper J12		
18:30	G 10 J 11 G 11	Kamper g 11 Kamper j 11	Kamper j 10 Kamper g 10	Kamper g12 Kamper J12		
19.00	J 11 G 11 G 12	Kamper g11 Kamper j11	Oppstart 19:10 Kamper G12	Kamper g12 Kamper J12		
19.30	G 12 A-laget	Oppstart 19:40 A-laget	Kamper G12	A- laget		
20.00	A- laget / B- laget	A- laget		A- laget		
20:30	A- laget / B- laget	A-laget		A-laget		
21:00						
21:30						

Lillekunsten:

Kl.	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
15:30					
16:00					
16:30					
17:00		Kamper G/J8-9	Kamper g 7	G/J 6	
17:30	G10 (oppvarming)	Kamper G/J8-9	Kamper g 7	G/J 6	
18:00	G 11 (oppvarming)	Kamper j 7	Kamper g 7	J 7	
18:30	G 12 (oppvarming)	Kamper j 7	Kamper g 7	J 7	
19:00		Kamper j 7		J10	
19:30				J10	
20:00					
20:30					
21:00					
21:30					

## Oversikt

<b>SPILLFORM</b>	<b>3 MOT 3</b>	<b>5 MOT 5</b>	<b>7 MOT 7</b>	<b>9 MOT 9</b>
Anbefalt baneformat	10 x 15 m	20 x 30 m	30 x 50 m	48-50 x 60-72 m
Ball	3	3 (4 fra 10 år)	4	4
Straffefelt	-	15 x 6 m	21 x 8 m	30 x 11,5 m
Mål	1,2-1,5 x 0,75-1,0 m	3 x 2 m	5 x 2 m	Sjuer- eller ellevermål (valgfritt kretsvis)
Offside	Nei	Nei	Nei	Ja
Spilletid	2 x 15 min	2 x 25 min	2 x 30 min	Fra 2 x 35 min, se ellers spilleregel 7
Straffespark	Nei	6 m	8 m	8 m / 11 m
Anbefalt spillertropp	5	7	10	12
Seriespill	Nei	Ja	Ja	Ja
Umiddelbar soning (gult kort)	Nei	Nei	Nei	Ja
Pressfri sone	Nei	Ja	Ja	Nei
Ekstra spiller	Ja	Ja	Ja	Nei

**Oversikt over banestørrelser. Dette innebærer at vi deler banen opp i følgende på kampdager.**

- 9er fotball, da er det 2 kamper samtidig ( torsdag og onsdag)
- 7er fotball, da er det 4 kamper samtidig (tirsdag, samt onsdag)
- 5er fotball, da er det 8 kamper samtidig (onsdag frem til 18:00) I tillegg 1 kamp pr uke må gjennomføres på lillekunsten.
- 3er fotball spiller vi på lillekunsten

