

Dato: 03.02.2022

Træningstider sæsonen 2022 - 2023					
Hold	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
U11		18.30 - 19.15		18.30 - 19.30	18.15 - 19.15
	Trænere	Kevin + William + Lukas + Maximillian			
	Holdleder	Morten Andersen			
U13	19.30 - 20.30*	19.15 - 20.15		18.30 - 19.30	18.45 - 20.00
	Trænere	Kevin + William + Maximillian + Lukas + Gergø			
	Holdleder	Morten Andersen			
U15	19.30 - 20.30*	19.30 - 21.00		18.30 - 20.30	18.45 - 20.30
	Trænere	Kevin + Maximillian + Philip + Lukas + Gergø			
	Holdleder	Torben Steen Nielsen			
U17	20.50 - 22.00	19.30 - 21.00		20.15 - 22.00	20.00 - 21.30
	Trænere	Kevin + Maximillian + Gergø + Ole + Lukas			
	Holdleder	Henrik Nielsen			
Senior	20.50 - 22.00	20.15 - 22.00		20.15 - 22.00	20.00 - 21.30
SSK1 (1. div.)	Trænere	Ole + Kevin			
	Holdleder	Kasper Wittendorff og Henrik Nielsen			
SSK2 (2. div.)	Træner(e)	Lars Bruun m.fl.			
	Holdleder	Henrik Nielsen			
Træning Målmænd (Alle årgange)	Målmandstræning torsdag i lige uger fra kl. 18.30 -19.15				
	Træner	Gergø Adorjan-Seger			
Old Boys	Træning den 1. fredag i hver måned fra kl. 20.00 til kl. 21.00				
2. division	Cheftræner	Jonas Petersen			
	Holdleder	Jonas Petersen			
Damer 1. division				20.30 - 22.00	
	Cheftræner	Lars Bruun			
	Holdleder	Lars Pedersen (KVIK)			
Slaggerhold	Hver søndag fra kl. 16.00 til kl. 17.30				
	Cheftræner	Sigurd Bruun			
	Kontaktperson	Lars Bruun			

\* Mandag kl. 19.30 - 20.30 er der svømmetræning for de U13 og U15 spillere, der deltager i fælles træningerne i og omkring de respektive landshold.

Der er landopvarmning (Dryland) 20 minutter før hver træning. U 15/17 har dog styrketræning i kælder på Antvorskov skole tirsdag fra kl. 18.30 - 19.15. Kan i ikke komme ind så ring til Maximilian på 3136 0699.

De bedste vandpolohilsner  
Poloudvalget