Tid/dag	Mandag		Tirsdag		Onsdag		Torsdag		Fredag	
1530 – 1600	G12									
1600 – 1630	G12		G11/J14	GIL	G15	MFK	Moingen	Moingen	MFK	MFK
1630 – 1700	FT	FT	G11/J14	GIL	G15	MFK	Moingen	Moingen	MFK	MFK
1700 – 1730	FT	FT	G11/J14	GIL	G15	MFK	Moingen	Moingen	MFK	MFK
1730 – 1800	Damer	G14	MFK	ÅIF	GIL	Moingen	J-14	HIF/MFK	MFK	MFK
1800 – 1830	Damer	G14	MFK	ÅIF	GIL	Moingen	J-14	HIF/MFK	MFK	MFK
1830 – 1900	Damer	G14	MFK	ÅIF	GIL	Moingen	J-14	HIF/MFK	MFK	MFK
1900 – 1930	ÅIF	ÅIF	MFK	MFK	MFK	MFK	MFK	HIF	A-laget	Junior
1930 – 2000	ÅIF	ÅIF	MFK	MFK	MFK	MFK	MFK	HIF	A-laget	Junior
2000 – 2030	ÅIF	ÅIF	MFK	MFK	MFK	MFK	MFK	HIF	A-laget	Junior
2030 – 2100	ÅIF	ÅIF	HIF		A-laget	Junior				
2100 – 2130	ÅIF	ÅIF	HIF		A-laget	Junior				
2130 – 2200	ÅIF	ÅIF	HIF		A-laget	Junior				
2200 - 2230										

Tid/dag	Lørdag		Tid/dag	Søndag	
0800 – 0900					
0930 – 1100	HIL		1030 – 1200		MFK
1100 – 1230	GIL	MFK	1200 – 1330		
1230 – 1400	HIL	MFK	1330 – 1500	HIF	HIF
1130 – 1230	GIL	GIL	1500 – 1630	ÅIF	ÅIF
1400 -1530	VIF Keeper	J12/J13/G13	1630 - 1800	MFK	MFK
1430 – 1600			1800 – 1930	MFK	MFK
1600 – 1730			1930 – 2100	A-laget	Junior
1730 – 1900					
1900 – 2030					
2030 – 2200					