

Sæson 2023-2024

Lyngby Idrætsby, styrketræning		Tidspkt.	Mandag	Mandag	Tirsdag	Tirsdag	Onsdag	Onsdag	Torsdag	Torsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag	Søndag	Tidspkt.
Forening	Farvekode															
Lyngby Svømmeklub		07.00-08.00							Rengøring							07.00-08.00
Lyngby Boldklub A/S		08.00-09.00	ÆldreSagen		ÆldreSagen		ÆldreSagen									08.00-09.00
Lyngby Udspringsklub		09.00-10.00	16		16		16		ÆldreSagen				TIF 5			09.00-10.00
Lyngby Bueskyttelaug		10.00-10.30							fra 9.30			LB A/S	LB A/S	TIF	LB A/S	10.00-10.30
IF Limone		10.30-11.00	LB A/S				LB A/S					A-trup	A-trup	max. 15	A-trup	10.30-11.00
Ældre Sagen		11.00-11.30	A-trup				A-trup					25	25		10	11.00-11.30
Hockeyklubben Orient		11.30-12.00	25				25		LB A/S							11.30-12.00
Lyngby Boldklub A/S		12.00-12.30							A-trup						LB A/S	12.00-12.30
Trongårdens Idrætsforening		12.30-13.00			LB A/S				25						A-trup	12.30-13.00
Lyngby Håndholdklub		13.00-13.30			A-trup										25	13.00-13.30
		13.30-14.00	ÆldreSagen		25											13.30-14.00
		14.00-14.30	16				ÆldreSagen									14.00-14.30
		14.30-15.00			IF Limone		16		IF Limone							14.30-15.00
		15.00-15.30														15.00-15.30
		15.30-16.00													Udspring	15.30-16.00
		16.00-16.30		Ly-bold	LSK			Ly-bold							8	16.00-16.30
		16.30-17.00		20	16.15			20	LSK	TIF						16.30-17.00
		17.00-17.30		U19 og U17	25			Akademi	16.45	max. 12						17.00-17.30
		17.30-18.00					TIF		max. 13							17.30-18.00
		18.00-18.30	LHK	Kl. 18-19			4-8		LHK			Udspring				18.00-18.30
		18.30-19.00	max. 15	max. 10					25			8				18.30-19.00
		19.00-19.30			Udspring	Hockey			Udspring	Hockey						19.00-19.30
		19.30-20.00			8	5			8	2	LHK					19.30-20.00
		20.00-20.30									10					20.00-20.30
		20.30-21.00														20.30-21.00
		21.00-21.30														21.00-21.30
		21.30-22.00														21.30-22.00

Gældende fra 2023 uge 43

—