

| Treningstider Kampsesong gjeldende fra 1 mai 2021 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-------------|----|----|----|------|----|----|----|------|----|----|----|------|----|----|----|------|----|----|----|------|----|----|----|------|----|----|----|
| Tid | 1500 | | | | 1600 | | | | 1700 | | | | 1800 | | | | 1900 | | | | 2000 | | | | 2100 | | | |
| | 15 | 30 | 45 | OO | 15 | 30 | 45 | OO | 15 | 30 | 45 | OO | 15 | 30 | 45 | OO | 15 | 30 | 45 | OO | 15 | 30 | 45 | OO | 15 | 30 | 45 | OO |
| and | Miljø 9A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Miljø 9B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Nye Vestnes | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Speilen | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 9A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 9B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| rsda | Miljø 9A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Miljø 9B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Nye Vestnes | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | speilen | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 7A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 7B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Stadion A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Stadion B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| nsda | Miljø 9A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Miljø 9B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Nye Vestnes | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Speilen | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 7A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 7B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| rsda | Miljø 9A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Miljø 9B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Nye Vestnes | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Speilen | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 7A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 7B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Stadion A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Stadion B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| reda | Miljø 9A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Miljø 9B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Nye Vestnes | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 7A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 7B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Stadion A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Stadion B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ørda | Miljø 9A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Miljø 9B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Nye Vestnes | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 7A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 7B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ønda | Miljø 9A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Miljø 9B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Nye Vestnes | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 7A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kunst 7B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Gress øst B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Stadion A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Stadion B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

