



Helsingørsk Fodbold Senior-1

10/11

December	Januar	Februar	Marts	April
On 1	Lø 1 Nytårsdag	Ti 1 19:30 Træning	Ti 1 19:30 Træning	Fr 1
To 2	Sø 2	On 2	On 2	Lø 2 14:00 Hillerød - Helsingørsk
Fr 3	Ma 3 1	To 3 18:00 Træning	To 3 18:00 Træning	Sø 3
Lø 4	Ti 4 19:30 Hyggetræning	Fr 4	Fr 4	Ma 4 14
Sø 5	On 5	Lø 5 16:30 Helsingørsk 5 - Strøby 1	Lø 5 16:30 Helsingørsk - Brede	Ti 5 19:30 Træning
Ma 6 49	To 6	Sø 6	Sø 6	On 6
Ti 7	Fr 7	Ma 7 6	Ma 7 10	To 7 18:00 Træning
On 8	Lø 8	Ti 8 19:30 Træning	Ti 8 19:00 Specialtræning med Jessen	Fr 8
To 9	Sø 9	On 9	On 9	Lø 9 14:00 Lyngby - Helsingørsk
Fr 10	Ma 10 2	To 10 18:00 Træning	To 10 18:00 Træning	Sø 10
Lø 11	Ti 11 19:30 Hyggetræning	Fr 11	Fr 11	Ma 11 15
Sø 12	On 12	Lø 12 14:00 Farum 0 - Helsingørsk 4	Lø 12 14:30 Taarbæk - Helsingørsk	Ti 12
Ma 13 50	To 13	Sø 13	Sø 13	On 13
Ti 14	Fr 14	Ma 14 7	Ma 14 11	To 14
On 15	Lø 15	Ti 15 19:30 Træning	Ti 15 18:00 Vindermentalitet v/Christian Engel 19:30 Træning	Fr 15
To 16	Sø 16	On 16	On 16	Lø 16 14:00 Helsingørsk - Allerød
Fr 17	Ma 17 3	To 17	To 17 18:00 Træning	Sø 17 Palmesøndag
Lø 18	Ti 18 19:30 Hyggetræning	Fr 18	Fr 18	Ma 18 16
Sø 19	On 19	Lø 19 12:30 Vanløse - Helsingørsk	Lø 19 16:30 Helsingørsk - FC Øresund	Ti 19
Ma 20 51	To 20	Sø 20	Sø 20	On 20
Ti 21 19:30 Hyggetræning	Fr 21	Ma 21 8	Ma 21 12	To 21 Skærtorsdag, 13:00 BSF - Helsingørsk
On 22	Lø 22 11:00 Senior opstart	Ti 22 18:15 Spis rigtigt v/Tina Stenhøj 19:30 Træning	Ti 22 19:30 Træning	Fr 22 🇩🇰 Langfredag Verner har fødselsdag
To 23	Sø 23	On 23	On 23	Lø 23
Fr 24	Ma 24 4	To 24 18:00 Træning	To 24 18:00 Træning	Sø 24 Påskedag
Lø 25 Juledag	Ti 25 18:00 Skadesforebyggelse v/Svend Gottlieb 19:30 Træning	Fr 25	Fr 25	Ma 25 2. påskedag 14:00 Helsingørsk - Hillerød 17
Sø 26 2. juledag	On 26	Lø 26 13:30 Helsingørsk - Fredensborg	Lø 26 13:30 Helsingørsk - Humlebæk Efter kamp fællesspisning og hygge.	Ti 26
Ma 27 52	To 27 18:00 Træning	Sø 27	Sø 27 🇩🇰 Sommertid starter Jessen har fødselsdag	On 27
Ti 28	Fr 28	Ma 28 9	Ma 28 13	To 28
On 29	Lø 29		Ti 29 19:30 Træning	Fr 29
To 30	Sø 30 🇩🇰 Lasse Holm har fødselsdag		On 30	Lø 30 15:30 Lyngby - Helsingørsk
Fr 31	Ma 31 5		To 31 18:30 Specialtræning med Jessen	