**Treningstider høst 2024**

| | | 16.00 | 16.30 | 17.00 | 17.30 | 18.00 | 18.30 | 19.00 | 19.30 | 20.00 | 20.30 | 21.00 | 21.30 | 22.00 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Gjerpenhallen | **Mandag** | LHL Skien og | Gjerpen Skolekorps (Drill) | | | | | | FELLES STYRKEØKT | | | | | |
| Gjerpenhallen | **Bane 2/3** | | | | | | | | | | | | | |
| Gjerpenhallen | **Bane V/kl.vegg** | | Grenland Klatreklubb (Paraklatring) | | | Gjerpen IF (Volleyball) | | | | | | | | |
| Gjerpenhallen | **Klatrevegg** | | | | | | | | | | | | | |
| Mælahallen | **Mandag** | | J2015/16 | | | J2013/14 | | | | | | | | |
| Stevnehallen | | J2008 | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Gjerpenhallen | **Tirsdag** | ien kommune Etter Skoletilb | | Gjerpen IF (Friidrett) | | J2012 | | | Gutter | | | J2010/(09) | | |
| Gjerpenhallen | 13.30 | | | | | | | | | | | | | |
| Gjerpenhallen | | | | | | | | | | | | | | |
| Stevnehallen | | J2008 | | | | | | | | | | | | |
| Lundehallen | | | J2011 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Gjerpenhallen | **Onsdag** | | J2017/18 | | J2015/16 | | | J2008 | | | | Gjerpen IF (Håndball Damer) | | |
| Gjerpenhallen | **Bane 2/3** | | | | | | | | | | | | | |
| Gjerpenhallen | **Bane V/kl.vegg** | | | | | | | | | | | | | |
| Gjerpenhallen | **Klatrevegg** | | | | Storm IF (Gjelder kun uke 46 og 6) | | | | | | | | | |
| Mælahallen | | | | | | J2010 | | | | | | | | |
| Lundehallen | | | J2011 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Gjerpenhallen | **Torsdag** | HL Skien og Silj | J2013/14 | | | J2010 | | | J2008 | | | | | |
| Gjerpenhallen | **Bane 2/3** | | | | | | | | | | | | | |
| Gjerpenhallen | **Bane V/kl.vegg** | | | | | | | | | | | | | |
| Lundehallen | | | J2012 | | | J2011 | | | | | | | | |
| Stevnehallen | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Gjerpenhallen | **Fredag** | | Gutter | | | Gjerpen IF (Volleyball) | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | **Lørdag** | | | | | | | | | | | | | |