

Trainingsrooster

Dag/ tijd	Locatie	Type training	Voor wie	Trainer
Maandag 19:15-20:45	Atletiekbaan	Jeugdtraining	D/C/B/A -junioren Geboortejaar 2006-2013	Nadine de Rijke
Maandag 18:30-19:45	Atletiekbaan	Jeugdtraining	A1/A2 pupillen U11&U12 Geboortejaar 2014/2015	Rafael van Vossen Samantha de Leeuw
Dinsdag 19:30-20:45	Atletiekbaan	Volwasttraining duurloop	Volwassenen vanaf 16 jaar Vanaf beginners tot ervaren lopers ingedeeld groepen op niveau.	Erwin Schell Robert Kraaijenbrinck Ilse Verwijs Ineke van Poppel Fred Bastemeijer
Dinsdag 19:00-20:30	Atletiekbaan	Volwasttraining baanatletiek	Volwassenen	Ronald Rasenberg
Woensdag 17:00-18:00	Atletiekbaan	Jeugdtraining	Mini, C-pupillen (U8/U9) Geboortejaar 2017/2018 en later	José de Jonge Olijn Tims Emmely Schot
Woensdag 17:00-18:00	Atletiekbaan	Jeugdtraining	B-pupillen (U10) Geboortejaar 2016	Nadine Rikhof Martin van Rooten
Woensdag 17:00-18:00	Atletiekbaan	Jeugdtraining	A1-pupillen (U11) Geboortejaar 2015	Marije Bakker David Glerum
Woensdag 17:00- 18:00	Atletiekbaan	Jeugdtraining	A2-pupillen (U12) Geboortejaar 2014	Marije Bakker David Glerum
Woensdag 19:30 mei t/m september	Buiten water	Triatlon- zwemmen	Volwassenen	Erwin Schell
Donderdag 19:30-21:00	Atletiekbaan verzamelen, duurloop buiten de baan	Volwasttraining Duurloop	Volwassenen	Rob van der Beijl / Aad Kattemolle
Donderdag 19:00-20:30	Atletiekbaan	Volwasttraining Baanatletiek	Volwassenen	Ronald Rasenberg
Vrijdag 18:00- 19:00 Oktober t/m april	Laco Zierikzee	Triatlon- Zwemmen	Volwassenen	Erwin Schell
Vrijdag 19:15-20:45 uur	Atletiekbaan	Jeugdtraining	D/C/B/A -junioren Geboortejaar 2006-2013	Nadine de Rijke/ Martiza Wandel
Zaterdag 9:00	Westenschouwen, Molenberg	Bosbokken, duurloop	Volwassenen	Dick Hart
Zondag 9:30-11:00*	Westenschouwen, boswachterij	Zandloapers, duurloop	Volwassenen	Rini van Dijke
Wisselend Wordt afgesproken in de groepsapp	Locatie wordt afgesproken in de groepsapp	Triathlon – fietstraining	Volwassenen	Erwin Schell