

Trainingschema 2021 - 2022 B-Groep Donderdag

Hans Blommestijn | Betty de Wit

Week	Datum	Programma	Trainer	Opmerking
41	donderdag 14 oktober 2021	Duurloop	Betty	
42	donderdag 21 oktober 2021	Interval	Betty	
43	donderdag 28 oktober 2021	Vaartspel	Hans	
44	donderdag 4 november 2021	Interval	Hans	
45	donderdag 11 november 2021	Duurloop	Betty	
46	donderdag 18 november 2021	Duurloop	Hans	
47	donderdag 25 november 2021	Interval	Betty	
48	donderdag 2 december 2021	Duurloop	Hans	
49	donderdag 9 december 2021	Interval	Betty	
50	donderdag 16 december 2021	Duurloop	Hans	
51	donderdag 23 december 2021	Duurloop	Betty	
52	donderdag 30 december 2021	Interval	Hans	
1	donderdag 6 januari 2022	Duurloop	Betty	
2	donderdag 13 januari 2022	Interval	Hans	
3	donderdag 20 januari 2022	Duurloop	Betty	
4	donderdag 27 januari 2022	Duurloop	Hans	
5	donderdag 3 februari 2022	Interval	Betty	
6	donderdag 10 februari 2022	Duurloop	Hans	
7	donderdag 17 februari 2022	Interval	Betty	
8	donderdag 24 februari 2022	Duurloop	Hans	
9	donderdag 3 maart 2022	Duurloop	Betty	
10	donderdag 10 maart 2022	Interval	Hans	
11	donderdag 17 maart 2022	Duurloop	Betty	
12	donderdag 24 maart 2022	Interval	Hans	
13	donderdag 31 maart 2022	Duurloop	Betty	
14	donderdag 7 april 2022	Duurloop	Hans	
15	donderdag 14 april 2022	Interval	Betty	
16	donderdag 21 april 2022	Duurloop	Hans	
17	donderdag 28 april 2022	Interval	Betty	
18	donderdag 5 mei 2022	Duurloop	Hans	
19	donderdag 12 mei 2022	Duurloop	Betty	
20	donderdag 19 mei 2022	Interval	Hans	
21	donderdag 26 mei 2022	Duurloop	Betty	

22	donderdag 2 juni 2022	Interval	Hans	
23	donderdag 9 juni 2022	Duurloop	Betty	
24	donderdag 16 juni 2022	Duurloop	Hans	
25	donderdag 23 juni 2022	Interval	Betty	
26	donderdag 30 juni 2022	Duurloop	Hans	

Hans Blommestijn

06 - 45771963

Betty de Wit

06 - 41216451