

Trainers

Dag

Startdatum

Niveau groep

Richard, Leo & Clemens

Dinsdagochtend 09:00-10:30

per 1-1-2022

C/D



Gooise
Atletiek Club
Hilversum

Week	Datum	Volgnr	Programma	Trainer
1	4-jan-22	1	Lange Duurloop	Richard
2	11-jan-22	2	Interval	Leo
3	18-jan-22	3	Interval Duurloop	Clemens
4	25-jan-22	4	Vaartspel	Richard
5	1-feb-22	1	Lange Duurloop	Leo
6	8-feb-22	2	Interval	Clemens
7	15-feb-22	3	Interval Duurloop	Richard
8	22-feb-22	4	Vaartspel	Leo
9	1-mrt-22	1	Lange Duurloop	Clemens
10	8-mrt-22	2	Interval	Richard
11	15-mrt-22	3	Interval Duurloop	Leo
12	22-mrt-22	4	Vaartspel	Clemens
13	29-mrt-22	5	Vrije Training	Richard
14	5-apr-22	1	Lange Duurloop	Leo
15	12-apr-22	2	Interval	Clemens
16	19-apr-22	3	Interval Duurloop	Richard
17	26-apr-22	4	Vaartspel	Leo
18	3-mei-22	1	Lange Duurloop	Clemens
19	10-mei-22	2	Interval	Richard
20	17-mei-22	3	Interval Duurloop	Leo
21	24-mei-22	4	Vaartspel	Clemens
22	31-mei-22	5	Vrije Training	Richard
23	7-jun-22	1	Lange Duurloop	Leo
24	14-jun-22	2	Interval	Clemens
25	21-jun-22	3	Interval Duurloop	Richard
26	28-jun-22	4	Vaartspel	Leo

Week	Datum	Volgnr	Programma	Trainer
27	5-jul-22	1	Lange Duurloop	Clemens
28	12-jul-22	2	Interval	Richard
29	19-jul-22	3	Interval Duurloop	Leo
30	26-jul-22	4	Vaartspel	Clemens
31	2-aug-22	1	Lange Duurloop	Richard
32	9-aug-22	2	Interval	Leo
33	16-aug-22	3	Interval Duurloop	Clemens
34	23-aug-22	4	Vaartspel	Richard
35	30-aug-22	5	Vrije Training	Leo
36	6-sep-22	1	Lange Duurloop	Clemens
37	13-sep-22	2	Interval	Richard
38	20-sep-22	3	Interval Duurloop	Leo
39	27-sep-22	4	Vaartspel	Clemens
40	4-okt-22	1	Lange Duurloop	Richard
41	11-okt-22	2	Interval	Leo
42	18-okt-22	3	Interval Duurloop	Clemens
43	25-okt-22	4	Vaartspel	Richard
44	1-nov-22	1	Lange Duurloop	Leo
45	8-nov-22	2	Interval	Clemens
46	15-nov-22	3	Interval Duurloop	Richard
47	22-nov-22	4	Vaartspel	Leo
48	29-nov-22	5	Vrije Training	Clemens
49	6-dec-22	1	Lange Duurloop	Richard
50	13-dec-22	2	Interval	Leo
51	20-dec-22	3	Interval Duurloop	Clemens
52	27-dec-22	4	Vaartspel	Richard