

Trainingschema 2020 - B 5 kwartiersgroep / 90 minuten groep

Trainingen variëren tussen 5 kwartier en 90 minuten; afhankelijk van programma

Trainers zaterdag:

Babette Groen
Andrea van Eeuwen
Ellen van Harn-Zeldenrijk
Koos van den Wijngaard

Trainers woensdag:

Babette Groen
Andrea van Eeuwen
Ellen van Harn-Zeldenrijk
Ron Lasterie

Week	Datum	Training	Trainer	Opmerkingen/ bijzonderheden
35	woensdag 1 september 2021	Interval kort/kracht/duur	Babette	
35	zaterdag 4 september 2021	Duur	Ellen	
36	woensdag 8 september 2021	Interval/ duur	Andrea	
36	zaterdag 11 september 2021	Vaartspel	Koos	
37	woensdag 15 september 2021	Interval kort	Ellen	
37	zaterdag 18 september 2021	Interval kort/kracht/duur	Babette	
38	woensdag 22 september 2021	Interval/duur	Ron	
38	zaterdag 25 september 2021	Duur	Ellen	
39	woensdag 29 september 2021	Interval kort/kracht/duur	Babette	
39	zaterdag 2 oktober 2021	Interval/duur	Koos	
40	woensdag 6 oktober 2021	Duur	Ellen	
40	zaterdag 9 oktober 2021	Interval kort/kracht/duur	Babette	
41	woensdag 13 oktober 2021	Interval/duur	Andrea	
41	zaterdag 16 oktober 2021	Heuveltraining	Ellen	<i>herfstvakantie</i>
42	woensdag 20 oktober 2021	Duur	Ron	<i>herfstvakantie</i>
42	zaterdag 23 oktober 2021	Interval/duur	Koos	<i>herfstvakantie</i>
43	woensdag 27 oktober 2021	Vaartspel	Andrea	
43	zaterdag 30 oktober 2021	Interval kort/kracht/duur	Babette	
44	woensdag 3 november 2021	Interval kort	Ron	
44	zaterdag 6 november 2021	Vaartspel	Ellen	
45	woensdag 10 november 2021	Interval kort/kracht/duur	Babette	
45	zaterdag 13 november 2021	Interval/ duur	Koos	
46	woensdag 17 november 2021	Duur	Ellen	
46	zaterdag 20 november 2021	Interval kort	Andrea	Start andere locatie. Info via app
47	woensdag 24 november 2021	Duur	Ron	
47	zaterdag 27 november 2021	Interval kort/kracht/duur	Babette	
48	woensdag 1 december 2021	Interval/ duur	Andrea	
48	zaterdag 4 december 2021	Heuveltraining	Ellen	
49	woensdag 8 december 2021	Interval kort/kracht/duur	Babette	
49	zaterdag 11 december 2021	Duur	Koos	
50	woensdag 15 december 2021	Interval/ duur	Ellen	
50	zaterdag 18 december 2021	Vaartspel	Andrea	Start andere locatie. Info via app
51	woensdag 22 december 2021	Duur	Ron	
51	zaterdag 25 december 2021			<i>Kerst</i>