

TRAININGSROOSTER ACO-VanElderen.

WINTERSEIZOEN 2018/2019
5-11-2018 >> 29-3-2019

VAKANTIE:PUPILLEN/JUNIOREN:

KERSTVAK 22-12-2018 t/m 6-1-2019
 VOORJRVAK 16-2-2019 t/m 24-2-2019

De buiten-trainingen vinden plaats op onze accommodatie op het sportpark "WESTBROEK",
 en de zaaltrainingen in de gymzalen : "de Maat" , "de Slaeghen" .

Groep:	Train(st)er:	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Dond.dag	Vrijdag	Zaterdag
<u>NORDIC WALKING</u>	HENK						9.00/10.30
<u>SPORT. WANDELEN</u>	HENK		15.30/16.30				
<u>ACO-plus</u>	WILMA					<u>Zaal de Slaeghen:</u> 10.00/12.00	
<u>PUPIL-1 . (Mini + C+ B-pup.)</u>	JARI	18.00/19.00					
<u>PUPIL-2 . (A-pup.)</u>	MARIT / JARI	18.00/19.00 (Marit)			18.00/19.00 (Jari)		
<u>EXTRA:</u> Looptr. : PUP /JUN.	WILLIAM			18.00/19.00			
<u>EXTRA:</u> Techn tr. : PUP/JUN	JARI					18.00/19.00	
<u>JUNIOR-1 (D-jun.)</u>	ILONA/JARI	18.00/19.30 (Ilona)			19.00/20.00 (Jari)		
<u>JUNIOR-2 (ABC-jun. + Sen.)</u>	JARI / ARNOUD	19.00/20.30				19.00/20.30	
<u>LOOPGROEPEN</u>	ALIE/HENK/YVONNE	19.30/21.00 (Alie)	19.30/21.00 (Henk)	19.00/20.30 (Yvonne)			
<u>SELEKTIE : LANG</u>	RUDY		19.30/21.00		19.30/21.00		
<u>SELEKTIE : SPRINT / MILA</u>	COR	19.30/21.30		19.00/20.30	19.30/21.30		
<u>COND.TRAINING</u>	COR			<u>Zaal de Maat:</u> 21.00/22.00			
<u>Zaaladressen:</u>	<u>Sporthal "de Slaeghen"</u> Slagenweg 1 Ommen		<u>Gymzaal "de Maat"</u> Baron v. Fridaghstr. 137 Ommen				