

TRAININGSSCHEMA SENIOREN (9 juli)

	Veld 1	Veld 2	Veld 3
Maandag			
ZW 19:00-21:00	D1	D5 – Kjeld/Joris (tot 20:30)	D2- Daniel (tot 20:45)
ZW 21:00-22:30		H2 – Luke (vanaf 20:30)	D4 (vanaf 20:45)
BSH de Koog 19:00- 20:30	jeugd	D3 - Ingerlise	H1 (Vanaf 18:30)
Dinsdag			
Zw 19:00 – 20:30	H6 - Larissa	D7 - Moniek	jeugd
ZW 20:30 – 22:00	D6 - Larissa	H7 - Stijn	
Woensdag			
ZW 19:00 – 20:30	jeugd	jeugd	Zitvolley
Zw 20:30 – 22:30	D2 - Guus	H5 - Adri	Zitvolley
BSH de Koog 20:15 – 22:15	D3 - Paul	D1	H1
Donderdag			
ZW 19:00 – 20:30	H2 – Timo (tot 21:00)	D4/D5 – Sem	D4/D5 – Sem
Zw 20:30 – 23:30	H3 /H4– Jeroen (vanaf 21:00)	H3/H4 – Jeroen (vanaf 20:30)	Breedte – Larissa
TSH de Koog 20:30-22:30	H1	H1	H1