

Trainingsschema standaard

2025 - 2026

2-okt		Thuiswedstrijd ORV				
		Thuiswedstrijd NeVoBo				
VELD 4		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:30	Mini's		Sandra	Froukje	
17:30	18:30	Mini's		Sandra	Nick	
18:30	19:45	MB4		Leo	Sandra	
19:45	21:00	MB1	Selectie MB2	Maaike	Mariëlle	
21:00	22:30	H1	Selectie H2	Arie		

OKTOBER

2-okt		Uitwedstr ORV				
		Uitwedstr ORV				
VELD 1		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:00	Ass trainer mini's veld 4			Sem	
18:00	19:30	MA1	selectie MB1	Henk	Sem	
19:30	21:00	D1	selectie MA1	Matthijs		
19:45	21:00	D1			Sandra	
21:00	22:30	DR 1 + DR 2		Ab		

VELD 3		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:30	Gem C		Thijs L		
18:30	19:45	MB2		Ab	Froukje	
19:45	21:00	JA/H2		Mark H	Thijs L	
21:00	21:45	H2		Henk		
21:45	22:30	HR1 / HR2	Evt met H2	Henk		
START		2e training De Gong		DATUM	Dinsdag	30-sep
17:00	18:00	JUDO	Tot 18:00 uur			
19:00	20:00	D1/D2/MA	Henk	MB1/MB2	Mark H	
20:00	22:00	Rowi HR2	DVC-De Bommel 1			
20:00	22:00	Rowi DR2	RVC dames 1			

VELD 2		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
18:00	19:30	MB3		Maaike	Mariëlle	
19:30	21:00	D2 + Meetrainers		Arie	Maartje	
19:45	20:45	Begeleiding individu		Henk		
21:00	21:45	HR1 / HR2		Teams		
21:45	22:30	DR 1 + DR 2				
START		De 4 heemskinderen		DATUM	Woensdag	1-okt
19:00	20:00	MB4	MB3	Leo	Sem	Ouder

9-okt		Thuiswedstrijd ORV				
		Thuiswedstrijd NeVoBo		ROWI HS 1	NUMIDIA VC LIMAX HS 3	
VELD 4		Mededelingen LET OP !! AANGEPAST PROGRAMMA				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:30	Mini's			Froukje	
18:30	19:30	JA + aanvulling H2		Mark H		
19:30	22:30	H1				
19:30	20:00	INSPELEN				
20:00	22:30	WEDSTRIJD	ROWI HS 1	NUMIDIA VC LIMAX HS 3		

9-okt		Uitwedstr ORV				
		Uitwedstr ORV				
VELD 1		Mededelingen		LET OP !! AANGEPAST PROGRAMMA		
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
18:00	19:30	MA1	selectie MB1	Henk		
18:30	19:30	MA1		Sem		
19:30	21:00	D1	selectie MA1	Matthijs	Sandra	
21:00	22:30	DR 1 + DR 2		Mariëlle		

VELD 3		Mededelingen		LET OP !! AANGEPAST PROGRAMMA		
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:30	Mini's			Sem	
17:30	18:30	Jongens C		Sandra		
18:30	19:30	MB1	MB2	Maaïke	Froukje	
19:30	20:00	Inspelen GEEN OPBOUW !!!!!				
20:00	22:30	Vrij veld				
START		2e training De Gong		DATUM	Dinsdag	7-okt
17:00	18:00	JUDO	Tot 18:00 uur			
19:00	20:00	D1/D2/MA	Henk	MB1/MB2	Mark H	
20:00	22:00	Rowi DR1	RVC dames 2			
20:00	22:00	Rowi HR1	Zeezicht 1			

VELD 2		Mededelingen		LET OP !! AANGEPAST PROGRAMMA		
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
18:00	19:30	MB3	MB4	Mariëlle	Leo	
19:30	21:00	D2 + Meetrainers		Arie	Maartje	
21:00	22:30	HR1-HR2	Heren 2	Henk		
START		De 4 heemskinderen		DATUM	Woensdag	8-okt
19:00	20:00	MB4	MB3	Leo	Sem	Ouder

16-okt		Thuiswedstrijd ORV				
		Thuiswedstrijd NeVoBo				
VELD 4		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:30	Mini's		Sandra	Froukje	
17:30	18:30	Mini's				
18:30	19:45	MB4		Leo	Sandra	
19:45	21:00	MB1	Selectie MB2	Maaike	Mariëlle	
21:00	22:30	H1	Selectie H2	Arie		

16-okt		Uitwedstr ORV				
		Uitwedstr ORV				
VELD 1		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:00	Ass trainer mini's veld 4			Sem	
18:00	19:30	MA1	selectie MB1	Henk	Sem	
19:30	21:00	D1	selectie MA1	Matthijs		
19:45	21:00	D1			Sandra	
21:00	22:30	DR 1 + DR 2		Ab		

VELD 3		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:30	Gem C		Sandra		
18:30	19:45	MB2		Ab	Froukje	
19:45	21:00	JA/H2		Mark H	Thijs L	
21:00	21:45	H2		Henk		
21:45	22:30	HR1 / HR2	Evt met H2	Henk		
START		2e training De Gong		DATUM	Dinsdag	14-okt
17:00	18:00	JUDO	Tot 18:00 uur			
19:00	20:00	D1/D2/MA	Henk	MB1/MB2	Mark H	
20:00	22:00					
20:00	22:00		H1/selectie H2	Katja		

VELD 2		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
18:00	19:30	MB3		Maaike	Mariëlle	
19:30	21:00	D2 + Meetrainers		Arie	Maartje	
19:45	20:45	Begeleiding individu		Henk		
21:00	21:45	HR1 / HR2		Teams		
21:45	22:30	DR 1 + DR 2				
START		De 4 heemskinderen		DATUM	Woensdag	15-okt
19:00	20:00	MB4	MB3	Leo	Sem	Ouder

23-okt		Thuiswedstrijd ORV				
		Thuiswedstrijd NeVoBo				
VELD 4		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:30	Mini's		Sandra	Froukje	
17:30	18:30	Mini's		Sandra	Nick	
18:30	19:45	MB4		Leo	Sandra	
19:45	21:00	MB1	Selectie MB2	Maaike	Mariëlle	
21:00	22:30	H1	Selectie H2	Arie		

23-okt		Uitwedstr ORV				
		Uitwedstr ORV				
VELD 1		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:00	Ass trainer mini's veld 4			Sem	
18:00	19:30	MA1	selectie MB1	Henk	Sem	
19:30	21:00	D1	selectie MA1	Matthijs		
19:45	21:00	D1			Sandra	
21:00	22:30	DR 1 + DR 2		Ab		

VELD 3		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:30	Gem C		Thijs L		
18:30	19:45	MB2		Ab	Froukje	
19:45	21:00	JA/H2		Mark H	Thijs L	
21:00	21:45	H2		Henk		
21:45	22:30	HR1 / HR2	Evt met H2	Henk		
START		2e training De Gong		DATUM	Dinsdag	21-okt
17:00	18:00	JUDO	Tot 18:00 uur			
19:00	20:00	D1/D2/MA	Henk	MB1/MB2	Mark H	
20:00	22:00	Rowi HR2	Bress B			
20:00	22:00		H1/selectie H2	Katja		

VELD 2		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
18:00	19:30	MB3		Maaike	Mariëlle	
19:30	21:00	D2 + Meetrainers		Arie	Maartje	
19:45	20:45	Begeleiding individu		Henk		
21:00	21:45	HR1 / HR2		Teams		
21:45	22:30	DR 1 + DR 2				
START		De 4 heemskinderen		DATUM	Woensdag	22-okt
19:00	20:00	MB4	MB3	Leo	Sem	Ouder

30-okt		Thuiswedstrijd ORV				
		Thuiswedstrijd NeVoBo				
VELD 4		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:30	Mini's		Sandra	Froukje	
17:30	18:30	Mini's		Sandra	Nick	
18:30	19:45	MB4		Leo	Sandra	
19:45	21:00	MB1	Selectie MB2	Maaike	Mariëlle	
21:00	22:30	H1	Selectie H2	Arie		

30-okt		Uitwedstr ORV				
		Uitwedstr ORV				
VELD 1		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:00	Ass trainer mini's veld 4			Sem	
18:00	19:30	MA1	selectie MB1	Henk	Sem	
19:30	21:00	D1	selectie MA1	Matthijs		
19:45	21:00	D1			Sandra	
21:00	22:30	DR 1 + DR 2		Ab		

VELD 3		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
17:30	18:30	Gem C		Thijs L		
18:30	19:45	MB2		Ab	Froukje	
19:45	21:00	JA/H2		Mark H	Thijs L	
21:00	21:45	H2		Henk		
21:45	22:30	HR1 / HR2	Evt met H2	Henk		
START		2e training De Gong		DATUM	Dinsdag	28-okt
17:00	18:00	JUDO	Tot 18:00 uur			
19:00	20:00	D1/D2/MA	Henk	MB1/MB2	Mark H	
20:00	22:00	Rowi DR1	RVC dames 1			
20:00	22:00	Rowi HR1	DVC-De Bommel 1			

VELD 2		Mededelingen				
TIJD		TEAM		TRAINER	Ass Trainer	Assistent
18:00	19:30	MB3		Maaike	Mariëlle	
19:30	21:00	D2 + Meetrainers		Arie	Maartje	
19:45	20:45	Begeleiding individu		Henk		
21:00	21:45	HR1 / HR2		Teams		
21:45	22:30	DR 1 + DR 2				
START		De 4 heemskinderen		DATUM	Woensdag	29-okt
19:00	20:00	MB4	MB3	Leo	Sem	Ouder