

# Maandagavond trainingstijden Seizoen 2019-2020

Maandag	Veld 1 A1	Veld 1A2	Veld 1B1	Veld 1B2	Veld 4 A1	Veld 4A2	Veld 4 B1	Veld 4 B2	veld 6/ Warming up
17.30 - 17.45	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
17.45 - 18.00	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
18.00 - 18.15	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
18.15 - 18.30	JO13-1	JO13-1	JO13-2	keepers	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
18.30 - 18.45	JO13-1	JO13-1	JO13-2	keepers	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
18.45 - 19.00	JO13-1	JO13-1	JO13-2	keepers	MO17-1	MO17-1	MO15-1	MO15-1	
19.00 - 19.15	JO17-1	JO17-1	JO17-2	keepers	MO17-1	MO17-1	MO15-1	MO15-1	
19.15 - 19.30	JO17-1	JO17-1	JO17-2	keepers	MO17-1	MO17-1	MO15-1	MO15-1	
19.30 - 19.45	JO17-1	JO17-1	JO17-2	keepers	MO17-1	MO17-1	MO15-1	MO15-1	DA3
19.45 - 20.00	JO17-1	JO17-1	JO17-2	JO17-2	MO17-1	MO17-1	MO15-1	MO15-1	DA3
20.00 - 20.15	JO17-1	JO17-1	JO17-2	JO17-2	JO17-3	DA2	DA1	DA1	DA3
20.15 - 20.30	JO17-1	JO17-1	JO17-2	JO17-2	JO17-3	DA2	DA1	DA1	DA3
20.30 - 20.45	lagere senioren	lagere senioren	lagere senioren	lagere senioren	JO17-3	DA2	DA1	DA1	
20.45 - 21.00	lagere senioren	lagere senioren	lagere senioren	lagere senioren	JO17-3	DA2	DA1	DA1	
21.00 - 21.15	lagere senioren	lagere senioren	lagere senioren	lagere senioren	DA2	DA2	DA1	DA1	
21.15 - 21.30	lagere senioren	lagere senioren	lagere senioren	(incl.35en45+)	DA2	DA2	DA1	DA1	
21.30 - 21.45	lagere senioren	lagere senioren	lagere senioren	(dh4t/m8)					
21.45 - 22.00									
22:00 - 22:15									
22:15 - 22:30									

# Dinsdagavond trainingstijden Seizoen 2019-2020

Dinsdag	Veld 1 A1	Veld 1A2	Veld 1B1	Veld 1B2	Veld 4 A1	Veld 4A2	Veld 4 B1	Veld 4 B2	veld 6/ Warming up
17.45 - 18.00									
18.00 - 18.15	JO9-1G / JO9-2G / JO9-3 / JO9-4 / JO9-5 / F-league				JO10-1/ JO10-2/ JO10-3 / JO10-4 / JO11-1 / JO11-2 / JO11-3 / JO11-4				
18.15 - 18.30	JO9-1G / JO9-2G / JO9-3 / JO9-4 / JO9-5 / F-league				JO10-1/ JO10-2/ JO10-3 / JO10-4 / JO11-1 / JO11-2 / JO11-3 / JO11-4				
18.30 - 18.45	JO9-1G / JO9-2G / JO9-3 / JO9-4 / JO9-5 / F-league				JO10-1/ JO10-2/ JO10-3 / JO10-4 / JO11-1 / JO11-2 / JO11-3 / JO11-4				
18.45 - 19.00	JO9-1G / JO9-2G / JO9-3 / JO9-4 / JO9-5 / F-league				JO10-1/ JO10-2/ JO10-3 / JO10-4 / JO11-1 / JO11-2 / JO11-3 / JO11-4				
19.00 - 19.15	JO15-1	JO15-1/2	JO15-2/3	JO15-3/4	JO19-1	JO19-1	JO19-2	JO19-2	
19.15 - 19.30	JO15-1	JO15-1/2	JO15-2/3	JO15-3/4	JO19-1	JO19-1	JO19-2	JO19-2	
19.30 - 19.45	JO15-1	JO15-1/2	JO15-2/3	JO15-3/4	JO19-1	JO19-1	JO19-2	JO19-2	
19.45 - 20.00	JO15-1	JO15-1/2	JO15-2/3	JO15-3/4	JO19-1	JO19-1	JO19-2	JO19-2	
20.00 - 20.15	JO15-1	JO15-1/2	JO15-2/3	JO15-3/4	JO19-1	JO19-1	JO19-2	JO19-2	
20.15 - 20.30	1e	1e	1e	1e	JO19-1	JO19-1	2e	2e	
20.30 - 20.45	1e	1e	1e	1e	3e	3e	2e	2e	
20.45 - 21.00	1e	1e	1e	1e	3e	3e	2e	2e	
21.00 - 21.15	1e	1e	1e	1e	3e	3e	2e	2e	
21.15 - 21.30	1e	1e	1e	1e	3e	3e	2e	2e	
21.30 - 21.45	1e	1e	1e	1e	3e	3e	2e	2e	
21.45 - 22.00									
22:00 - 22:15									
22:15 - 22:30									

Warming-up veld gebruiken de eerste 15 minuten van de training of inlopen naast het veld waarop er getraind wordt

# Woensdagavond trainingstijden Seizoen 2019-2020

Woensdag	Veld 1 A1	Veld 1A2	Veld 1B1	Veld 1B2	Veld 4 A1	Veld 4A2	Veld 4 B1	Veld 4 B2	veld 6/ Warming up
17.30 - 17.45	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
17.45 - 18.00	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
18.00 - 18.15	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
18.15 - 18.30	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
18.30 - 18.45	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
18.45 - 19.00	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	MO15-1	MO15-1	MO17-1	MO17-1	
19.00 - 19.15	JO17-1	JO17-1	keepers	keepers	MO15-1	MO15-1	MO17-1	MO17-1	
19.15 - 19.30	JO17-1	JO17-1	keepers	keepers	MO15-1	MO15-1	MO17-1	MO17-1	
19.30 - 19.45	JO17-1	JO17-1	keepers	keepers	MO15-1	MO15-1	MO17-1	MO17-1	
19.45 - 20.00	JO17-1	JO17-1	keepers	keepers	MO15-1	MO15-1	MO17-1	MO17-1	
20.00 - 20.15	JO17-1	JO17-1	keepers	keepers	JO17-2	JO17-2	lagere senioren	lagere senioren	
20.15 - 20.30	DA2	DA2	DA1	DA1	JO17-2	JO17-2	lagere senioren	lagere senioren	
20.30 - 20.45	DA2	DA2	DA1	DA1	JO17-2	JO17-2	lagere senioren	lagere senioren	
20.45 - 21.00	DA2	DA2	DA1	DA1	JO17-2	JO17-2	lagere senioren	lagere senioren	
21.00 - 21.15	DA2	DA2	DA1	DA1	JO17-2	JO17-2	lagere senioren	lagere senioren	
21.15 - 21.30	DA2	DA2	DA1	DA1	lagere senioren	lagere senioren	lagere senioren	lagere senioren	
21.30 - 21.45	DA2	DA2	DA1	DA1	lagere senioren	lagere senioren	lagere senioren	lagere senioren	
21.45 - 22.00					(incl.35en45+)	(dh4t/m8)			
22:00 - 22:15									
22:15 - 22:30									

# Donderdagavond trainingstijden 2019-2020

Donderdag	Veld 1 A1	Veld 1A2	Veld 1B1	Veld 1B2	Veld 4 A1	Veld 4A2	Veld 4 B1	Veld 4 B2	veld 6/ Warming up
17.45 - 18.00									
18.00 - 18.15	JO9-1/ JO9-2/ JO10-1/ JO10-2/ JO11-1 / JO11-2 / JO11-3 / JO11-4				JO9-3G / JO9-4G / JO10-3 / JO10-4		JO15-3/4	JO15-3/4	
18.15 - 18.30	JO9-1/ JO9-2/ JO10-1/ JO10-2/ JO11-1 / JO11-2 / JO11-3 / JO11-4				JO9-3G / JO9-4G / JO10-3 / JO10-4		JO15-3/4	JO15-3/4	
18.30 - 18.45	JO9-1/ JO9-2/ JO10-1/ JO10-2/ JO11-1 / JO11-2 / JO11-3 / JO11-4				JO9-3G / JO9-4G / JO10-3 / JO10-4		JO15-3/4	JO15-3/4	
18.45 - 19.00	JO9-1/ JO9-2/ JO10-1/ JO10-2/ JO11-1 / JO11-2 / JO11-3 / JO11-4				JO9-3G / JO9-4G / JO10-3 / JO10-4		JO15-3/4	JO15-3/4	
19.00 - 19.15	JO19-2	JO17-3	JO19-1	JO19-1	JO15-1	JO15-1	JO15-2	JO15-2	
19.15 - 19.30	JO19-2	JO17-3	JO19-1	JO19-1	JO15-1	JO15-1	JO15-2	JO15-2	
19.30 - 19.45	JO19-2	JO17-3	JO19-1	JO19-1	JO15-1	JO15-1	JO15-2	JO15-2	lagere senioren
19.45 - 20.00	JO19-2	JO17-3	JO19-1	JO19-1	JO15-1	JO15-1	JO15-2	JO15-2	lagere senioren
20.00 - 20.15	JO19-2	JO17-3	JO19-1	JO19-1	JO15-1	JO15-1	JO15-2	JO15-2	lagere senioren
20.15 - 20.30	1e	1e	JO19-1	JO19-1	2e	2e	3e	3e	lagere senioren
20.30 - 20.45	1e	1e	1e	1e	2e	2e	3e	3e	lagere senioren
20.45 - 21.00	1e	1e	1e	1e	2e	2e	3e	3e	lagere senioren
21.00 - 21.15	1e	1e	1e	1e	2e	2e	3e	3e	
21.15 - 21.30	1e	1e	1e	1e	2e	2e	3e	3e	
21.30 - 21.45	1e	1e	1e	1e	2e	2e	3e	3e	
21.45 - 22.00									
22:00 - 22:15									
22:15 - 22:30									

Warming-up veld gebruiken de eerste 15 minuten van de training of inlopen naast het veld waarop er getraint wordt

# Woensdagavond trainingstijden bij inhaalwedstrijden op Veld 1

## seizoen 2019-2020

woensdag	Veld 1 A1	Veld 1A2	Veld 1B1	Veld 1B2	Veld 4 A1	Veld 4A2	Veld 4 B1	Veld 4 B2	veld 6/ Warming up
17.30 - 17.45	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
17.45 - 18.00	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
18.00 - 18.15	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
18.15 - 18.30	JO13-1	JO13-1	JO13-2	JO13-2	JO12-1G	JO12-2G	JO13-3	JO13-3	
18.30 - 18.45	niets plannen	niets plannen	niets plannen	niets plannen	MO15-1	MO15-1	MO17-1	MO17-1	Jeugdkeepers O11 t/m O17
18.45 - 19.00	Begin inhaalwedstrijd 1				MO15-1	MO15-1	MO17-1	MO17-1	Jeugdkeepers O11 t/m O17
19.00 - 19.15	<b>1 WOENSDAG</b>	<b>IN DE MAAND</b>	<b>AANGEPAST</b>	<b>PROGAMMA</b>	MO15-1	MO15-1	MO17-1	MO17-1	Jeugdkeepers O11 t/m O17
19.15 - 19.30	<b>DAN KUNNEN ER</b>	<b>2 WEDSTRIJDEN</b>	<b>GESPEELD</b>	<b>WORDEN</b>	MO15-1	MO15-1	MO17-1	MO17-1	Jeugdkeepers O11 t/m O17
19.30 - 19.45	<b>OM 18.45 UUR</b>	<b>EN</b>	<b>OM 20.00 UUR</b>		JO17-1	JO17-2	DA1	DA2	keepers
19.45 - 20.00					JO17-1	JO17-2	DA1	DA2	keepers
20.00 - 20.15	Begin inhaalwedstrijd 2				JO17-1	JO17-2	DA1	DA2	keepers
20.15 - 20.30					JO17-1	JO17-2	DA1	DA2	keepers
20.30 - 20.45					JO17-1	JO17-2	lagere senioren	JO17-3	
20.45 - 21.00					JO17-1	JO17-2	lagere senioren	JO17-3	
21.00 - 21.15					JO17-1	JO17-2	lagere senioren	JO17-3	
21.15 - 21.30					JO17-1	JO17-2	lagere senioren	JO17-3	
21.30 - 21.45							lagere senioren		
21.45 - 22.00									
22.00 - 22.15									
22.15 - 22.30									

Warming-up veld gebruiken de eerste 15 minuten van de training of inlopen naast het veld waarop er getraint wordt

16-sep-19

