

TRAININGSSCHEMA SEIZOEN 2023-2024 v1.5 (incl 2e trainingen)

	Maandag				Dinsdag				Woensdag				Donderdag				Vrijdag																								
	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1																					
16.00 - 17.00	16.30 JO 10-5												16.00 - 17.00u Benjamini's 2 (0-7)	JO 11-8	JO 11-5 2et	JO 8-8	JO 8-10									16.00 - 17.00															
17.00 - 18.00	17.30 - 18.15u Keeperstraining selectie JO 11-12	JO 11-1	JO 11-2	JO 12-3 2et	MO 11-1 2et	MO 11-2 2et	MO 13-2** 2et	JO 12-1	JO 11-1	JO 11-2	JO 11-6	JO 11-3	JO 8-1 t/m 3 + JO 8-4	JO 14-3 2et	Res	JO 8-5	JO 8-3	JO 3-10	JO 9-4	JO 3-8	JO 3-7	JO 11-3	JO 11-11	JO 11-7	JO 11-10	JO 8-1 t/m 3 + JO 8-4	JO 10-1	JO 10-2	JO 10-3	Res JO 12-2	JO 12-1	JO 11-1	JO 11-2	Kooperstraining broodtorpart JO 10/11	JO 9-5 2et	JO 9-7 2et					17.00 - 18.00
18.00 - 19.00	18.15u - 19.15 Keeperstraining selectie JO 13-16	JO 14-5 2et	JO 12-2	MO 13-1	JO 13-1*	JO 13-4	JO 12-4	JO 12-5	JO 14-7 2et	MO 15-1** 2et	JO 13-2	JO 14-4****	JO 13-5	JO 13-6	JO 12-8	JO 12-1	MO 17-2	MO 13-2**	Trainers- cursussen KNVB JVT/voetballen	JO 13-1*	JO 14-3	MO 13-1	JO 13-1*	18.00 - 19.15 JO 16-1	Kooperstraining broodtorpart JO 11/12	JO 12-5 2et	JO 11-10 2et	JO 12-6 2et	JO 12-6 2et	JO 12-6 2et	JO 12-6 2et	Res 433- toernooi, Tx7 dames 18+1 en 18+2							18.00 - 19.00		
19.00 - 20.00	19.15 - 20.00u Keeperstraining br sp JO 14-13 groep 1	19.00 - 20.15 JO 16-1	19.00 - 20.15 JO 15-1	19.00-20.15 JO 14-1	JO 13-2 zoon****	JO 15-3	19.00 - 20.15 JO 14-1	19.00 - 20.15 JO 16-1	JO 13-1 zoon	MO 15-1**	Inhaalwedstrijd en	19.00 - 20.15 JO 15-1	19.00 - 20.15 JO 15-1	19.00 - 20.15 JO 15-1	19.00 - 20.15 JO 14-1	19.15 - 20.15 JO 15-3 2et	19.15 - 20.15 JO 15-5 2et	Kooperstraining broodtorpart JO 12/13	19.00 - 20.15 JO 15-2	19.00 - 20.15 JO 15-2	19.00 - 20.15 JO 14-2	19.15 - 20.15 MO 17-1**	19.00 - 20.15 JO 14-2	19.15 - 20.15 MO 17-1**	JO 15-4 2et	JO 15-4 2et	JO 16-1 zoon 2et	JO 16-2 zoon 2et	Res 433- toernooi, Tx7 dames 18+1 en 18+2							19.00 - 20.00					
20.00 - 21.00	20.00 - 20.45 Keeperstraining br sp JO 14-13 groep 2	20.15 - 21.00 JO 18-1	20.15 MO 17-2 2et	20.15u JO 17-1 Zoon 2et	20.15 - 21.00 VR 1	JO 17-1 zot	JO 23-1 zot	JO 16-1 zoon	Zon 5	Zon 6	Zat 35+	Zon 35+	20.15u Zon 1	20.15 Zon 1	20.15 Zon 2	20.15 Zon 3	Inhaalwedstrijd en	20.15 Zon 1	20.15 Zon 1	20.15 Zon 2	20.15 Zon 3	20.15 Zon 1	20.15 Zon 2	20.15 Zon 3	20.15 Zon 4	20.15 Zon 1	20.15 Zon 1	20.15 Zon 1	20.15 Zon 2	20.15 Zon 3	Res 433- toernooi, Tx7 dames 18+1 en 18+2	Res Tx7 voetbal heren							20.00 - 21.00		
21.00 - 22.00	20.45 - 21.30 Keeperstraining br sp JO 14-13 groep 3	21.00 - 21.45 JO 18-1		21.00 - 21.45 VR 1	21.00 - 21.30 JO 17-1 zot	21.00 - 21.30 JO 23-1	JO 18-1 zoon**	Zon 1 (tot 22.15)	Ov Sen	Ov Sen	Ov Sen	Ov Sen	Zat 1	21.00 - 21.45 VR 1	21.00 - 21.45 JO 23-1 zot	21.00 - 21.45 JO 18-1 zot	Zon 1 (tot 22.00)	Ov Sen	Ov Sen	Ov Sen	Ov Sen	21.00 - 21.45 MO 20-1	JO 15-2 zoon 2et	Ov sen	Ov sen	21.15 JO 18-1 zoon**													21.00 - 22.00		
	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1	KG 8	KG 7	KG 2	KG 1									

* - trainez trainen 2 te amz na elkaar
 ** - trainez trainen 2 te amz na elkaar
 *** - trainez trainen 2 teamz na elkaar



NB. Op vrijdagen geen gebruik van bloedkamez iomz chaanmaaktuorkzaamheden