

# trainingsprogramma vanaf februari 2021

## woensdag

### woensdagnamiddag

CAD/SCH/ JUN									
groep	uur	trainers	atleten	plaats afspraak	trainingsplaats				
1	16u00	Nanne	5	onder afdak links vooraan	rechte lijn aankomst + bocht hoog, banen 3 tot7				
2	16u00	Kijellsea	5	onder afdak links achteraan	volle piste, banen 1 en 2				
3	17u00	Jan	8	onder afdak aan de trap	volle piste, banen 1 en 2 , opwarmen buiten de piste				

### woensdagavond

BENJAMINS									
groep	uur	trainers	atleten	plaats afspraak	trainingsplaats				
1	18u20	Katty	7	onder afdak links vooraan	boventerrein				
2	18u20	Els	8	onder afdak links achteraan	onder het afdak				
3	18u20	Natascha	8	onder afdak aan de trap	piste bocht hoogspringen				
PUPILLEN									
4	18u35	Griet	8	tegen de sporthal, rechts	piste rechte lijn aankomst				
5	18u35	Lien	7	tegen de sporthal, midden	start 100 m				
6	1835	Tom	6	aan de trap naar het terrein 3	piste bocht clubhuis				
MINIEMEN									
7	18u35	Devlin	10	aan het secretariaat	piste rechte lijn ringbaan				

vrijdag

BENJAMINS								
groep	uur	trainers	atleten	plaats afspraak		trainingsplaats		
1	18u20	Katty	10	onder afdak links vooraan		boventerrein		
2	18u20	Els	10	onder afdak links achteraan		onder het afdak		
PUPILLEN								
5	18u35	Lien	7	tegen de sporthal, midden		piste bocht clubhuis		
6	1835	Jarne	6	aan de trap naar het terrein 3		piste bocht clubhuis		
MINIEMEN								
7	18u35	Devlin	10	aan het secretariaat		piste rechte lijn ringbaan		
CAD/SCH/ JUN								
	18u35	Rita	8	terras clubhuis		piste rechte lijn aankomst		
CAD/SCH/ JUN hoogspringen								
	18u20	Joost	5	aan hoogspringstand		hoogspringstand		

discuswerpen en hordenlopen ( tot 18 jaar) in afspraak met Jarne en Tom