

# **Trainingsschema december 2021**

*Vanaf dinsdag 7 december t/m vrijdag 24 december 2021*

## *Dinsdag*

15.45-16.45 uur E3 en F2 Grou; trainers: Jildou en ouders F1

15.30 – 16.30 uur E1/E7 Akkrum; trainers: Jorrit, Nynke, Marije, Anke en Goska

## *Woensdag*

15.00 – 16.00 uur F1 en kangoeroes Reduzum; trainers Britt, Femke W. en Corrie

16.00 – 17.00 uur E4 Reduzum; trainers Femke W., Sanne en Corrie

15.30 – 17.00 uur Selectie 1 en 2 Grou: trainers Peter, Jan Theun en Johannes

## *Donderdag*

15.15 – 16.00 uur Kangoeroes Warten; trainer: Froukje

16.00 – 17.00 uur E5 en F Warten; trainer Froukje

## *Vrijdag*

14.00 – 15.00 uur E6 Reduzum; trainer: Famke

15.00 – 16.00 uur E2 Reduzum; trainer: Mirte

16.00 – 17.00 uur D1 Reduzum; trainer: Jorn

15.45 – 16.45 uur D2 / D4 Grou; trainers: Marjan, Marije B., Amarins en Iris

16.00 – 17.00 uur D3 Akkrum; trainers: Bente, Berber en Erik

16.00 – 17.00 uur C1 Akkrum; trainer: Marco en Klaas

## *Zaterdag*

9.30 – 10.30 uur Kangoeroes Akkrum; trainers Anke, Anna-Rixt en Anika (1x in de 3 weken)

## *Zondag*

12.30 – 13.30 uur A3/A4 Akkrum; trainers: Abe, Anco en Jakko

13.30 - 14.45 uur A1/A2 Akkrum: trainers: Dirjan, Marvin en Harm

14.45– 15.45 uur C2/C3 Akkrum: trainers: Amber, Sido, Gabe en Marco

12.00 – 13.00 uur B1/B2/B3 Grou:

Trainers: Duko/Martijn/Wimke/Klaske/Jesper/Marije

13.00 - 14.00 uur Senioren 3 en 4 Grou

14.00 – 15.00 uur Senioren 5 en 6 Grou

15.00 – 16.30 uur Selectie 1 en 2 Grou; Trainers: Peter, Jan Theun en Johannes

Als je training tot 17.00 uur is, moet er iets eerder gestopt worden. De sportaccommodatie moet 17.00 uur verlaten zijn. Op 19 december hebben MF 1 en 2 een oefenwedstrijd gepland, voor de senioren 3 t/m 6 wordt er dan een andere locatie gezocht.