

TRAININGSROOSTER ACO-VanElderen.

WINTERSEIZOEN 2024/2025
4-11-2024 >> 30-3-2025

VAKANTIE:PUPILLEN/JUNIOREN:

KERSTVAK 21-12-2024 >> 5-1-2025
VOORJRVAK 15-2-2025 >> 23-2-2025

De buiten-trainingen vinden plaats op onze accommodatie op het sportpark "WESTBROEK",
 en de zaaltrainingen in de gymzalen : "de Maat" , "de Slaeghen" .

Groep:	Train(st)er:	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Dond.dag	Vrijdag	Zaterdag
<u>NORDIC WALKING</u>	HENK-W						9.00/10.30
<u>SPORT. WANDELEN</u>	HENK-W		15.30/16.30				
<u>ACO-plus</u>	YVONNE					<u>Zaal de Slaeghen:</u> 10.00 / 11.00	
<u>PUPIL-1 , (U8 >> 10)</u>	MIRANDA / JARI	18.00/19.00					
<u>PUPIL-2 , (U12)</u>	RUBEN / MARIT / TWAN / JARI	18.00/19.00			18.00/19.00 (Jari)		
<u>EXTRA:</u> Looptr. : PUP /JUN.	WILLIAM			18.00/19.00			
<u>EXTRA:</u> Techn tr. : PUP/JUN	JARI		18.00/19.00				
<u>JUNIOR-1 (U 14)</u>)						
<u>JUNIOR-2 (U16)</u>) RUBEN / JARI	19.00/20.30			19.00/20.30 (Jari)		
<u>JUNIOR-3 (U18/20)</u>)	(Ruben/Jari)					
<u>LOOPGROEPEN</u>	HENK S / HENK W / YVONNE	19.30/21.00 (Henk S.)	19.30/21.00 (Henk W.)	19.00/20.30 (Yvonne)			
<u>Selectie : LANG</u>	NIELS		19.30/21.00			19.30/21.00	
<u>Selectie : SPRINT / MILA</u>	COR	19.30/21.30		19.00/20.30	19.30/21.30		
<u>COND.TRAINING</u>	COR			<u>Zaal de Maat:</u> 21.00 / 22.00			
<u>Zaaladressen:</u>	<u>Sporthal "de Slaghen"</u> Slagenweg 1 Ommen		<u>Gymzaal "de Maat"</u> Baron v. Fridaghstr. 137 Ommen				

