

-----TRAININGSTIJDEN SEIZOEN 2018 – 2019 -----

BASIS	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
Groep A				18.00-18.45 uur		09.45-10.30 uur
Groep B				18.00-18.45 uur		09.45-10.30 uur
Groep C				18.00-18.45 uur		09.45-10.30 uur
Groep D				18.00-18.45 uur		09.00-09.45 uur
Groep Selectie	17.45-18.30 uur			18.00-18.45 uur		09.00-09.45 uur
TRIM & RECREATIE	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
Groep jeugd en 18+		19.15-20.00 uur		20.00-20.45 uur		
Groep medisch			18.15-19.00 uur			
TRIATHLON	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
Groep 1x en 3x	21.30-22.30 uur			20.45-21.30 uur		08.00-09.00 uur
WATERPOLO	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
Heren selectie 1+2		21.00-22.15 uur		18.45-20.00 uur		
Heren 3,4,5		21.00-21.45 uur			21.30-22.15 uur	
Dames selectie 1+2			18.45-20.00 uur		20.15-21.30 uur	
Dames 3			18.45-20.00 uur		20.15-21.30 uur	
Jeugd B1 en B2			18.00-18.45 uur		19.30-20.15 uur	
Jeugd C1			18.00-18.45 uur		19.30-20.15 uur	
Jeugd C2			17.15-18.00 uur		18.45-19.30 uur	
Jeugd D1			17.15-18.00 uur		18.45-19.30 uur	
Jeugd E/F (Zelhem)					18.45-19.45 uur	
Keepers	19.15-20.00 uur					
ZWEMMEN	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
Masters	21.30-22.30 uur			20.45-21.30 uur		
Jeugdselectie	18.30-19.15 uur		16.30-17.15 uur			08.00-08.45 uur
B-junioren		17.45-19.15 uur	16.30-17.15 uur		17.45-18.45 uur	
Selectie A en B	17.45-19.15 uur	07.00-08.00 uur		07.00-08.00 uur	17.45-18.45 uur	
Selectie A en B		17.45-19.15 uur			17.45-18.45 uur	
Sterteam		19.15-20.00 uur				08.45-10.15 uur