

TRAININGSHEMA 2023-2024



| DAG            | VELD       | Van   | Tot   | TEAM                                     | TRAINER | KL      |
|----------------|------------|-------|-------|--|---------|---------|
| <b>MAANDAG</b> | VELD 1     | 16.00 | 17.30 |  |         |         |
|                | VELD 1     | 17.45 | 19.15 | JO13-1 / JO13-2                          | 1x      | 10 & 9  |
|                | VELD 1     | 19.15 | 20.45 | JO16-1 / JO16-2                          | 1x      | 5 & ?   |
|                | VELD 1     | 20.45 | 22.15 | JO19-1 / JO18-1                          | 1x      | 8 & 7   |
| <b>MAANDAG</b> | VELD 3     | 16.00 | 17.30 |  | 1x      |         |
|                | VELD 3     | 17.45 | 19.15 | JO11-1 / JO11-2 / JO11-3 / JO11-4        | 1x      | 21 & 22 |
|                | VELD 3     | 19.15 | 20.45 | JO15-1 / JO15-2                          | 1x      | 4 & 24  |
|                | VELD 3     | 20.45 | 22.00 | o23-3 / o23-4                            | 1x      |         |
| <b>MAANDAG</b> | VELD 4     | 16.00 | 17.30 |  |         |         |
|                | VELD 4     | 17.45 | 19.15 | JO13-3 / JO13-4                          | 1x      | 8 & 7   |
|                | VELD 4     | 19.15 | 20.45 | JO17-1 / JO17-2                          | 1x      | 6 & ?   |
|                | VELD 4     | 20.45 | 22.15 | JO18-2 / JO18-3                          | 1x      |         |
| <b>MAANDAG</b> | VELD 5     | 16.00 | 17.30 |  |         |         |
|                | VELD 5     | 17.45 | 18.55 | JO12-1 / JO12-3 / JO12-4 / JO12-5        | 1x      |         |
|                | VELD 5     | 19.00 | 20.10 | JO16-3 / JO16-4 / JO16-5                 | 1x      |         |
|                | VELD 5     | 20.15 | 21.30 | o23-1 / o23-2                            | 1x      | 1 & 2   |
| <b>MAANDAG</b> | VELD 6     | 16.00 | 17.30 |  |         |         |
|                | VELD 6     | 17.45 | 18.55 | JO13-5 / JO13-6 / JO13-7                 | 1x      |         |
|                | VELD 6     | 19.00 | 20.10 | JO14-3 / JO14-4 / JO14-5                 | 1x      |         |
|                | VELD 6     | 20.15 | 21.30 | Dames 2 / JO17-3                         |         |         |
| <b>MAANDAG</b> | VELD 7     | 16.00 | 17.00 | JO6                                      |         |         |
|                | VELD 7     | 17.45 | 19.15 | JO9-1 / JO9-2 / JO11-5 / JO11-6 / JO10-1 | 1x      |         |
|                | VELD 7     | 19.15 | 20.45 | JO14-1 / JO14-2                          | 1x      | 3 & 23  |
|                | VELD 7     | 20.45 | 22.15 | JO19-3 / JO19-2                          | 1x      |         |
| <b>MAANDAG</b> | KG ZWEMBAD | 16.00 | 17.30 |  |         |         |
|                | KG ZWEMBAD | 17.45 | 19.00 | JO15-5                                   |         |         |
|                | KG ZWEMBAD | 19.00 | 20.15 |  |         |         |
|                | KG ZWEMBAD | 20.15 | 21.30 |  |         |         |

DE SLEUTELS VAN DE HEKKEN "KG ZWEMBAD" VIA TON TE VERKRIJGEN, DE LAATSTE GROEP DIE ER TRAJNT DOET HET LICHT UIT EN SLUIT HET HEK

**TRAININGSHEMA 2023-2024**



| DAG            | VELD       | VAN   | TOT   | TEAM   | TRAINER | KL     |
|----------------|------------|-------|-------|--|---------|--------|
| <b>DINSDAG</b> | VELD 1     | 16.00 | 17.30 | Oefenwedstrijden                                 |         |        |
|                | VELD 1     | 17.45 | 19.00 | warming-up                                       |         |        |
|                | VELD 1     | 18.45 | 20.15 | WEDSTRIJDEN JO10 / JO11 / JO13                   |         |        |
|                | VELD 1     | 20.15 | 21.45 | Wedstrijden Zat 1 / Zat 2 / O21 / O23            |         |        |
| <b>DINSDAG</b> | VELD 3     | 16.00 | 17.30 | JO9-3 / JO9-04 / JO9-05 / JO9-06 / JO9-7 / JO9-8 |         |        |
|                | VELD 3     | 17.45 | 19.15 | JO13-1 / JO13-3                                  | 2x      | 10 & 8 |
|                | VELD 3     | 19.15 | 20.45 | Zat 1  | 1x      | 1      |
|                | VELD 3     | 20.45 | 22.15 | Zat 1  | 1x      | 1      |
| <b>DINSDAG</b> | VELD 4     | 16.00 | 17.30 |  |         |        |
|                | VELD 4     | 17.45 | 19.15 | JO15-3 / JO15-4                                  | 1x      |        |
|                | VELD 4     | 19.15 | 20.45 | JO16-1 / JO17-1                                  | 2x      | 5 & 6  |
|                | VELD 4     | 20.45 | 22.15 | JO19-1 / JO18-1 / ZAT2                           | 2x      | 8&7&2  |
| <b>DINSDAG</b> | VELD 5     | 17.45 | 18.45 | warming-up                                       |         |        |
|                | VELD 5     | 18.45 | 20.15 | WEDSTRIJDEN JO14 / JO15 / JO16                   |         |        |
|                | VELD 5     | 20.15 | 21.45 | WEDSTRIJDEN JO17 / JO18 / JO19                   |         |        |
| <b>DINSDAG</b> | VELD 6     | 16.00 | 17.30 |  | 1x      |        |
|                | VELD 6     | 17.30 | 18.40 | MO13-1 / MO13-2 / MO15-2                         | 1x      |        |
|                | VELD 6     | 18.45 | 19.55 | MO17-1 / MO15-1 / MO15-3                         | 1x      |        |
|                | VELD 6     | 20.00 | 21.30 | MO20-1 / Dames 1                                 | 1x      |        |
| <b>DINSDAG</b> | VELD 7     | 16.00 | 17.30 |  |         |        |
|                | VELD 7     | 17.45 | 19.15 |  |         |        |
|                | VELD 7     | 19.15 | 20.30 | JO14-1 / JO15-1                                  | 2x      | 3 & 4  |
|                | VELD 7     | 20.30 | 21.45 | ZAT5 / ZAT3 / ZAT7                               | 1x      |        |
| <b>DINSDAG</b> | KG ZWEMBAD | 16.00 | 17.30 |  | 1x      |        |
|                | KG ZWEMBAD | 17.45 | 19.00 |  | 1x      |        |
|                | KG ZWEMBAD | 19.00 | 20.15 |  | 1x      |        |
|                | KG ZWEMBAD | 20.15 | 21.30 | G senioren                                       | 1x      |        |

DE SLEUTELS VAN DE HEKKEN "KG ZWEMBAD" VIA TON TE VERKRIJGEN, DE LAATSTE GROEP DIE ER TRAIKT DOET HET LICHT UIT EN SLUIT HET HEK

**TRAININGSCHEMA 2023-2024**


| DAG             | VELD       | VAN   | TOT   | TEAM   | TRAINER | KL |
|-----------------|------------|-------|-------|--|---------|----|
| <b>WOENSDAG</b> | VELD 1     | 17.45 | 19.00 | JO11-07 / JO11-08 / JO11-09 / JO11-10                    |         |    |
|                 | VELD 1     | 19.00 | 20.15 | Oefenwedstrijden & competitiewedstrijden recreatie teams |         |    |
|                 | VELD 1     | 20.15 | 21.30 | Er zijn 2 wedstrijden per avond mogelijk                 |         |    |
| <b>WOENSDAG</b> | VELD 3     | 15.15 | 16.30 |  | 1x      |    |
|                 | VELD 3     | 16.30 | 17.45 | JO8-01/JO8-02/JO8-03 / JO8-04 / JO8-05 / JO8-06 / JO8-7/ | 1x      |    |
|                 | VELD 3     | 17.45 | 18.55 | JO12-1 / JO12-3 / JO12-4 / JO12-5                        | 2x      |    |
|                 | VELD 3     | 19.00 | 20.10 | JO16-2 / JO17-2  | 2x      |    |
|                 | VELD 3     | 20.15 | 21.30 | JO19-2 / JO19-3 / o23-4                                  | 1x      |    |
| <b>WOENSDAG</b> | VELD 4     | 16.45 | 17.45 | JO12-2   |         |    |
|                 | VELD 4     | 17.45 | 18.55 | JO10 tm JO16 keepers recreatie                           | 1x      |    |
|                 | VELD 4     | 19.00 | 20.10 | JO18-2 / JO18-3  | 2x      |    |
|                 | VELD 4     | 20.15 | 21.30 | Zondag 5 / Zondag 7 / Zondag 8                           | 1x      |    |
| <b>WOENSDAG</b> | VELD 5     | 16.00 | 17.30 |  |         |    |
|                 | VELD 5     | 17.45 | 18.55 | JO10-2 / JO10-3 / JO10-4 / JO10-5 / JO10-6               | 1x      |    |
|                 | VELD 5     | 19.00 | 20.10 | JO16-3 / JO17-3  | 1x      |    |
|                 | VELD 5     | 20.15 | 21.30 | ZAT 4 / ZAT 6  | 1x      |    |
| <b>WOENSDAG</b> | VELD 6     | 16.00 | 17.30 |  |         |    |
|                 | VELD 6     | 17.45 | 18.55 | JO13-5 / JO13-6 / JO13-7                                 | 2x      |    |
|                 | VELD 6     | 19.00 | 20.10 | JO14-3 / JO14-4 / JO14-5                                 | 2x      |    |
|                 | VELD 6     | 20.15 | 21.30 | Zondag 2 / Zondag 3 / Zondag 4                           | 1x      |    |
| <b>WOENSDAG</b> | VELD 7     | 15.15 | 16.00 |  |         |    |
|                 | VELD 7     | 16.30 | 17.45 |  | 1x      |    |
|                 | VELD 7     | 17.45 | 18.55 | MO11-1 / MO11-2 / MO10-1 / MO10-2                        | 1x      |    |
|                 | VELD 7     | 19.00 | 20.10 | JO16-4 / JO16-5  | 1x      |    |
|                 | VELD 7     | 20.15 | 21.30 | Zat 5 / VR2 DAMES  | 1x      |    |
| <b>WOENSDAG</b> | KG ZWEMBAD | 16.00 | 17.30 |  |         |    |
|                 | KG ZWEMBAD | 17.45 | 19.00 | G pupillen   | 1x      |    |
|                 | KG ZWEMBAD | 19.00 | 20.10 | JO15-5   | 2x      |    |
|                 | KG ZWEMBAD | 20.15 | 21.30 |  | 1x      |    |

DE SLEUTELS VAN DE HEKKEN "KG ZWEMBAD" VIA TON TE VERKRIJGEN, DE LAATSTE GROEP DIE ER TRAIKT DOET HET LICHT UIT EN SLUIT HET HEK

**TRAININGSHEMA 2023-2024**


| DAG              | VELD       | VAN   | TOT   | TEAM   | TRAINER | KL     |
|------------------|------------|-------|-------|--|---------|--------|
| <b>DONDERDAG</b> | VELD 1     | 16.00 | 17.30 |  |         |        |
|                  | VELD 1     | 17.45 | 19.15 | JO13-1 / JO13-2                                  | 3x      | 10 & 9 |
|                  | VELD 1     | 19.15 | 20.45 | ZAT 1  | 2x      | 1      |
|                  | VELD 1     | 20.45 | 22.15 | ZAT 1  | 2x      | 1      |
| <b>DONDERDAG</b> | VELD 3     | 16.00 | 17.30 | JO9-3 / JO9-04 / JO9-05 / JO9-06 / JO9-7 / JO9-8 |         |        |
|                  | VELD 3     | 17.45 | 19.15 | JO11-1 / JO11-2 / JO11-3 / JO11-4                | 2x      |        |
|                  | VELD 3     | 19.15 | 20.45 | ZAT2 / o23-1                                     | 3x      | 2 & 10 |
|                  | VELD 3     | 20.45 | 22.15 | ZAT2 / o23-1                                     | 2x      | 2 & 10 |
| <b>DONDERDAG</b> | VELD 4     | 16.00 | 17.30 |  |         |        |
|                  | VELD 4     | 17.45 | 19.15 | JO13-3 / JO13-4                                  | 2x      | 8 & 7  |
|                  | VELD 4     | 19.15 | 20.45 | JO16-1 / JO17-1                                  | 3x      | 5 & 6  |
|                  | VELD 4     | 20.45 | 22.15 | JO19-1 / JO18-1                                  | 3x      | 8 & 7  |
| <b>DONDERDAG</b> | VELD 5     | 16.00 | 17.30 |  |         |        |
|                  | VELD 5     | 17.30 | 18.55 | JO15-3 / JO15-4                                  | 2x      |        |
|                  | VELD 5     | 19.00 | 20.25 | JO15-1 / JO15-2                                  | 3x      | 4 & 24 |
|                  | VELD 5     | 20.30 | 21.45 | Zat 8 / 7 vs 7 / Zondag 6                        | 1x      |        |
| <b>DONDERDAG</b> | VELD 6     | 16.00 | 17.30 |  |         |        |
|                  | VELD 6     | 17.30 | 18.40 | MO13-1 / MO13-2 / MO15-2                         | 2x      |        |
|                  | VELD 6     | 18.45 | 19.55 | MO17-1 / MO15-1 / MO15-3                         | 2x      |        |
|                  | VELD 6     | 20.00 | 21.30 | MO20-1 / Dames 1                                 | 2x      |        |
| <b>DONDERDAG</b> | VELD 7     | 16.00 | 17.30 |  |         |        |
|                  | VELD 7     | 17.45 | 19.15 | JO9-1 / JO9-2/ JO11-5 / JO11-6 / JO10-1          | 2x      |        |
|                  | VELD 7     | 19.15 | 20.45 | JO14-1 / JO14-2                                  | 2x      | 3 & 23 |
|                  | VELD 7     | 20.45 | 22.15 | o23-2 / o23-3                                    | 2x      | 9 & ?  |
| <b>DONDERDAG</b> | KG ZWEMBAD | 16.00 | 17.30 |  |         |        |
|                  | KG ZWEMBAD | 17.45 | 19.00 |  |         |        |
|                  | KG ZWEMBAD | 19.00 | 20.15 |  |         |        |
|                  | KG ZWEMBAD | 20.15 | 21.30 | G senioren                                       | 2x      |        |

DE SLEUTELS VAN DE HEKKEN "KG ZWEMBAD" VIA TON TE VERKRIJGEN, DE LAATSTE GROEP DIE ER TRAJNT DOET HET LICHT UIT EN SLUIT HET HEK

TRAININGSHEMA 2023-2024



| DAG            | VELD       | VAN   | TOT   | TEAM   | TRAINER | KL |
|----------------|------------|-------|-------|--|---------|----|
| <b>VRIJDAG</b> | VELD 1     | 16.00 | 17.30 |  |         |    |
|                | VELD 1     | 17.45 | 19.00 |  |         |    |
|                | VELD 1     | 19.00 | 20.15 |  |         |    |
|                | VELD 1     | 20.15 | 21.30 |  |         |    |
| <b>VRIJDAG</b> | VELD 3     | 16.30 | 17.45 | JO8-01/JO8-02/JO8-03 / JO8-04 / JO8-05 / JO8-06 / JO8-7/ | 2x      |    |
|                | VELD 3     | 17.45 | 19.00 | JO11-07 / JO11-08 / JO11-09 / JO11-10                    | 2x      |    |
|                | VELD 3     | 19.00 | 20.15 | Zat 5  | 2x      |    |
|                | VELD 3     | 20.15 | 21.30 |  |         |    |
| <b>VRIJDAG</b> | VELD 4     | 16.00 | 17.30 |  |         |    |
|                | VELD 4     | 17.45 | 19.00 | JO12-2   | 2x      |    |
|                | VELD 4     | 19.00 | 20.15 |  |         |    |
|                | VELD 4     | 20.15 | 21.30 |  |         |    |
| <b>VRIJDAG</b> | VELD 5     | 16.00 | 17.30 |  |         |    |
|                | VELD 5     | 17.45 | 19.00 | JO10-5 / JO10-6 / JO10-7                                 | 2x      |    |
|                | VELD 5     | 19.00 | 20.15 |  |         |    |
|                | VELD 5     | 20.15 | 21.30 |  |         |    |
| <b>VRIJDAG</b> | VELD 6     | 16.00 | 17.30 |  |         |    |
|                | VELD 6     | 17.30 | 18.45 | MO11-1 / MO11-2 / MO10-1 / MO10-2                        | 2x      |    |
|                | VELD 6     | 19.00 | 20.15 |  |         |    |
|                | VELD 6     | 20.15 | 21.30 |  |         |    |
| <b>VRIJDAG</b> | VELD 7     | 16.00 | 17.30 |  |         |    |
|                | VELD 7     | 17.45 | 19.00 | JO10-2 / JO10-3 / JO10-4                                 | 2x      |    |
|                | VELD 7     | 19.00 | 20.15 |  |         |    |
|                | VELD 7     | 20.15 | 21.30 |  |         |    |
| <b>VRIJDAG</b> | KG ZWEMBAD | 16.00 | 17.30 |  |         |    |
|                | KG ZWEMBAD | 17.45 | 19.00 |  |         |    |
|                | KG ZWEMBAD | 19.00 | 20.15 |  |         |    |
|                | KG ZWEMBAD | 20.15 | 21.30 |  |         |    |

DE SLEUTELS VAN DE HEKKEN "KG ZWEMBAD" VIA TON TE VERKRIJGEN, DE LAATSTE GROEP DIE ER TRAIKT DOET HET LICHT UIT EN SLUIT HET HEK

**TRAININGSCHEMA 2023-2024**



| DAG             | VELD   | VAN   | TOT   | TEAM                            | TRAINER | KL |
|-----------------|--------|-------|-------|---------------------------------|---------|----|
| <b>ZATERDAG</b> |        |       |       |                                 |         |    |
|                 | Veld 7 | 08.30 | 10.00 | JO7 (F0) groep                  |         |    |
| <b>ZATERDAG</b> |        |       |       |                                 |         |    |
| VELD            | VELD 3 | 09.00 | 10.00 | TRAININGEN JO8 & JO9 SELECTIE   |         |    |
| VELD            | VELD 3 | 10.00 | 11.00 | TRAININGEN JO10 & JO11 SELECTIE |         |    |
| VELD            | VELD 4 | 11.00 | 12.15 | TRAININGEN JO12 & JO13 SELECTIE |         |    |
| VELD            | VELD 4 | 12.15 | 13.30 | TRAININGEN JO14 & JO15 SELECTIE |         |    |
| VELD            | VELD 4 | 13.30 | 15.00 | TRAININGEN JO16 & JO17 SELECTIE |         |    |
| VELD            | VELD 4 | 15.00 | 16.30 | TRAININGEN JO18 & JO19 SELECTIE |         |    |
|                 |        |       |       |                                 |         |    |

**BIJZONDERHEDEN:**

OP DE **DINSDAGAVOND & WOENSDAGAVOND** BLIJFT **VELD 1 DE HELE AVOND** VRIJ VOOR OEFENWEDSTRIJDEN, COMPETITIEWEDSTRIJDEN MASTERCLASS ACTIVITEITEN VAN DE TC.

OP DE **DINSDAGAVOND** BLIJFT **VELD 5 VAN 18.45 TOT 22.45 UUR** VRIJ VOOR OEFENWEDSTRIJDEN, TRAININGEN, WEDSTRIJDEN EN MASTERCLASS ACTIVITEITEN VAN DE TC.

DE 2 AANWEZIGE GROTE DOELEN ZIJN ALTIJD VOOR DE KEEPERSTRAININGEN BESCHIKBAAR.