

Trainingsprogramma seizoen '24 - '25

MAANDAG	van	tot
	14.00	17.00
HJO ONDERBOUW	16.00	17.00
	16:15	17.00
	17.00	18.00
	18.00	19.15
	19.15	20.30
	20.30	21.45
DINSDAG	van	tot
	10.00	12.00
	14.00	17.00
HJO BOVENBOUW	17.30	18.45
	17.45	18.45
	18.45	20.15
	19.30	20.30
	20.15	21.30
	20.15	22.15
WOENSDAG	van	tot
HJO ONDERBOUW	15.30	16.30
	16.30	17.30
	17.30	18.45
	18.45	20.00
	20.00	21.30
DONDERDAG	van	tot
	14.00	17.00
HJO BOVENBOUW	17.30	18.45
	18.30	19.30
	18.45	20.00
	18.45	20.15
	19.30	20.30
	20.15	21.30
	20.00	22.00
	20.15	22.15
VRUJDAG	van	tot
	14.30	16.00
	17.00	18:15
	20.00	22.00
	20.00	22.30

kleedkamer S2 is beschikbaar voor trainers.

veld 1, kunstgras	kleedkamer
K&C Groep	1 - 3
JO8-1, JO8-2, JO8-3, JO8-4	4
JO9-1, JO9-2, JO9-3, JO9-4, MO11	2, 5
JO12-1, JO12-2, JO12-3, JO12-4, JO12-5	2
Vrouwen1, MO17-1	9, 6
sr.selectie	7, 8
veld 1, kunstgras	kleedkamer
K&C Groep	1-3
JO13-1, JO13-2, JO13-3	7, 10
JO19-1, JO19-2	2, 3
sr.selectie	7, 8
veld 1, kunstgras	kleedkamer
Voetbalschool	2
JO10-1, JO10-2, JO10-3, JO10-4, JO10-5	4
JO12-1, JO12-2, JO12-3, JO12-4, JO12-5****	2
MO15-1, MO17-2	3, 5
sr ZA6, sr ZA 7	9, 10
veld 1, kunstgras	kleedkamer
K&C groep	1-3
JO15-1, JO15-2****	8, 9
JO17-1, JO17-2	4,5
sr.selectie	7, 8
veld 1, kunstgras	kleedkamer
O10-1, O10-2, O11-1, O11-2 ***	2, 4
Heren 35+ (recreatief 7x7)*****	5, 6
VR 18+, Heren 35+ (competities 7x7)*****	1,2,3,4, 9

veld 2, kunstgras	kleedkamer
keeperstraining O8, O9, O10, MO11	bij eigen leeftijdsgroep
JO10-1, JO10-2, JO10-3, JO10-4, JO10-5	4
JO11-1, JO11-2, JO11-3, JO11-4	4
MO15-1, MO17-2	3, 5
sr ZA 5, sr ZA 8	1, 2
veld 2, kunstgras	kleedkamer
Old Stars	1-3
JO15-1, JO15-2	8, 9
JO17-1, JO17-2	4, 5
sr.selectie	7, 8
veld 2, kunstgras	kleedkamer
JO8-1, JO8-2, JO8-3, JO8-4	4
JO9-1, JO9-2, JO9-3, JO9-4, MO11	2
MO13-1, MO15-2	5, 6
Vrouwen1, MO17-1	9, 6
sr ZO 35+, sr ZA 4	7, 4
veld 2, kunstgras	kleedkamer
JO14-1, JO15-3	6, 11
JO19-1, JO19-2	
sr ZA 3	10
sr.selectie	8
veld 2, kunstgras	kleedkamer
Walking Football	1-3
O12-1, O12-2 ***	3

trainingsveld, natuurgras	kleedkamer
keeperstraining selectie O11, O12, O13 *	bij eigen leeftijdsgroep
MO13-1, MO15-2 *	5, 6
3e moment extra training 15, 17, 19 **	10, 11
sr ZA 4*	4
trainingsveld, natuurgras	kleedkamer
JO14-1, JO15-3 *	6, 11
keeperstraining JO15, JO17, JO19 *	bij eigen leeftijdsgroep
JO17-3*	11
keeperstraining sr.selectie *	7, 8
VR Recreatief *	9
trainingsveld, natuurgras	kleedkamer
JO11-1, JO11-2, JO11-3, JO11-4 ****	4
sr ZA 5, sr ZA 8 *	1, 2
trainingsveld, natuurgras	kleedkamer
JO13-1, JO13-2, JO13-3 ****	7, 10
JO17-3 *	11
keeperstraining sr.selectie *	7, 8
VoetbalFIT VR 30+ *	6
trainingsveld, natuurgras	kleedkamer

*: indien trainingsveld is afgekeurd, inschuiven op veld 1 of 2 (Iom HJO).

**: indien trainingsveld is afgekeurd vervalt de training.

***bij wedstrijd(en) op veld 1, training naar veld 2, trainingsveld of vervalt.

****: om de week wisselen; de ene week veld 1 of veld 2, de andere week trainingsveld.

*****indien competitie vrouwen, verplaatst 35+ (recreatief)naar veld 2.

doordeweekse wedstrijden worden in eerste instantie gespeeld op veld 3