

## Trainingschema Regulier 2024-2025 Versie 20 Januari 2025

Maandag			
Tijd	Veld	Elftal	Kleedkamer
18:00 - 19:00	Hoofdveld A	Circuittraining (JO8 teams, JO9 teams + JO10-3 en 4)	1-2 (+ 8 voor JO10-3/4)
18:00 - 19:00	Hoofdveld B		
19:00 - 20:15	Hoofdveld A	MO15-1	10
19:00 - 20:15	Hoofdveld B	JO15-4	5
20:15 - 21:45	Hoofdveld A	JO17-3	1
20:15 - 21:45	Hoofdveld B	JO17-2	2
18:00 - 19:00	Veld 1 A	JO11-2 + JO10-3 en JO10-4	6+8
18:00 - 19:00	Veld 1 B	JO11-1 + JO10-1 + JO10-2	11 en 14
19:00 - 20:15	Veld 1 A	JO15-1 (Plaats voor keepers)	15 +7 voor keepers
19:00 - 20:15	Veld 1 B	JO15-2 (Plaats voor keepers)	13 +7 voor keepers
20:15 - 21:45	Veld 1 A	JO19-2	8
18:00 - 19:00	Wilgenpark	JO13-1	4
19:00 - 20:15	Wilgenpark	JO15-3	12
18:00 - 19:00	Arena	JO13-5	9
Overige meisjes			3

Dinsdag			
Tijd	Veld	Elftal	Kleedkamer
18:00 - 19:30	Hoofdveld A	JO13-1	1
18:00 - 19:30	Hoofdveld B	JO19-1	2
19:30 - 21:45	Hoofdveld A	Grol 1	14
19:30 - 21:45	Hoofdveld B		
18:00 - 19:00	Veld 1 A	JO13-3	4
18:00 - 19:00	Veld 1 B	JO13-2	5
19:00 - 20:15	Veld 1 A	MO17-1	10
19:00 - 20:15	Veld 1 B	JO17-1	7
20:15 - 21:45	Veld 1 A	Grol 3	9
20:15 - 21:45	Veld 1 B	Grol 2	15
18:00 - 19:00	Wilgenpark A	JO11-1	15
18:00 - 19:00	Wilgenpark B	Keepers	13
20:15 - 21:45	Wilgenpark	Dames	5
18:00 - 19:00	Arena	JO13-4	8
Overige meisjes			3

Woensdag			
Tijd	Veld	Elftal	Kleedkamer
18:00 - 19:00	Hoofdveld A	JO8-3, JO8-4, JO8-5	4 en 6
18:00 - 19:00	Hoofdveld B	JO8-1, JO8-2 en JO9-4	1 en 2
19:00 - 20:15	Hoofdveld A	JO15-4	9
19:00 - 20:15	Hoofdveld B	Keepers	7 voor keepers
20:15 - 21:45	Hoofdveld A	JO17-2	6
20:15 - 21:45	Hoofdveld B	JO17-3	1
18:00 - 19:00	Veld 1 A	JO13-5	14
18:00 - 19:00	Veld 1 B	JO10-3 en JO10-4	13 links en 13 rechts
19:00 - 20:15	Veld 1 A	JO15-1	11
19:00 - 20:15	Veld 1 B	JO15-2	12

20:15 - 21:45	Veld 1	Grol 11/Grol12	4
18:00 - 19:00	Wilgenpark 1/2	JO9-1	8 links
18:00 - 19:00	Wilgenpark 1/2	JO11-2	14
19:00 - 20:15	Wilgenpark	JO15-3	15
18:00-19:00	Arena	JO9-3	8 rechts
19:00 - 20:15	Arena	JO13-4	5
Overige meisjes			3

Donderdag			
Tijd	Veld	Eftal	Kleedkamer
15:30 - 17:30	Hoofdveld	Keeperstrainingen	7
18:00 - 19:00	Hoofdveld B	JO11-1 en JO10-1	2 links en 2 rechts
18:00 - 19:30	Hoofdveld A	JO19-1	1
19:30 - 21:45	Hoofdveld A	Grol 1 + seniorenkeepers	15
19:30 - 21:45	Hoofdveld B		
18:00 - 19:00	Veld 1 A	JO13-1	9
18:00 - 19:00	Veld 1 B	JO13-2	4
19:00 - 20:15	Veld 1 A	JO17-1	7
19:00 - 20:15	Veld 1 B	JO19-2**	8
20:15 - 21:45	Veld 1 A	Grol 2	4
20:15 - 21:45	Veld 1 B	Grol 3	5
18:00 - 19:00	Wilgenpark Kant A	G3	15
18:00 - 19:00	Wilgenpark kant B	JO13-3	13
19:00 - 20:15	Wilgenpark	G1	14
20:15 - 21:45	Wilgenpark	Recreanten	12
18:00 - 19:00	Arena	JO9-2	12 links
19:00 - 20:15	Arena	MO15	10
20:15 - 21:45	Arena	Dames 7	2
18:00 - 19:00	Veld 3 A	JO10-2	12 rechts
18:00 - 19:00	Veld 3B	JO15-1	5
19:00 - 20:15	Veld 3	MO17-1**	11
Overige meisjes			3

\*\* even weken traint MO17-1 op veld 1A en oneven weken traint JO19-2 op veld 1A, het andere team traint dan op veld 3.

Vrijdag			
Tijd	Veld	Eftal	Kleedkamer
19:00 - 20:30	Veld 1**	Dames	14

\*\* indien 35+/45+ voetbal dan dient er gebruik gemaakt te worden van veld 3.