

Train. 2020-2021		50 meterbad (SB)				Torenbad (MF)		instruct	Hoog-	
Indeling		Veld 1A	Veld 1B	Veld 2A	Veld 2B	Veld 3		iebad	land	
<b>maandag</b>										
17:30										
17:45										
18:00										
18:15	2x50m	Banen (2) zwemmen: D1,2,3				D4	E1-4	Ster		
18:30						[2bn]	[4bn]			
18:45										
19:00		brug				Brugbeweging				
19:15										
19:30	10bn breedte			Da1+2 + BM1	BJ1	CJ1				
19:45						BJ2				
20:00										
20:15										
20:30										
20:45	2+2 velden	Heren 4+5+6		Trim- polo	H1+2					
21:00										
21:15										
21:30										
21:45										
22:00										
22:15										
22:30										
22:45										
<b>dinsdag</b>										
17:15	Geen brugbeweging!									
17:30										
10:48										
18:00	1 veld 6banen			CM1	D4	E2				
18:15										
18:30				CM1	D1	AJ1	BCM			
18:45										
19:00										
19:15	2 velden						CJ2	CJ1		
19:30										
19:45										
20:00										
20:15										
20:30	2 velden	H1+2					Da1+2 + BM1			
20:45										
21:00										
21:15										
21:30										
21:45										
22:00										
22:15										
22:30										
22:45										
<b>woensdag</b>										
17:00	Geen brugbeweging!									
17:15										
17:30										
17:45										
18:00										
18:15										
18:30	3x50m bn	3x 50m CJ1, CM1, D2				E1+3+4				
18:45										
19:00										
19:15		4 velden	CJ2	CJ1	D2 +D3	Da4+5	BCM	CM1	AJ	BJ2
19:30										
19:45										
20:00										
20:15										
20:30	2 lengtebanen (Da3, H3, H7-11, OvP)									
20:45										
21:00	heel bad	H4+5 +6		H9+11	?	H13				
21:15										
21:30										
21:45										
22:00										
22:15	1/2 bad									
22:30										
22:45										
23:00										
23:15										
<b>donderdag</b>										
18:00	2 lengte banen	2 lengtebanen BJ1							CJ2 + D2	
18:15										
18:30										
18:45										
19:00		brug								
19:15	Brugbeweging									
19:30	half bad				Da1+2 + BM	BJ1	CM1	Da3+4+5		
19:45										
20:00										
20:15										
20:30										
20:45	heel bad	H3+7+8+10+OvP		H1+2						
21:00										
21:15										
21:30										
21:45										
22:00										
22:15										
22:30										
22:45										
23:00										
<b>vrijdag</b>										
18:00							E3+4	F +	Ster plan	
18:15								Minis		
18:30										
18:45										
19:00	brug									
19:15	Brugbeweging									
19:30	3 velden	D1	D2	D3	D4	E1+2				
19:45										
20:00										
20:15										
20:30		heel bad	H1+2		Da1	BJ1				
20:45										
21:00										
21:15										
21:30										
21:45	1/2 bad									
22:00										
22:15										
22:30										
22:45										
<b>zondag</b>										
7:30		WATERPOLOSCHOOL			WATERPOLOSCHOOL					
8:00		[Jeugd C-D - iedere week]			[Jeugd E - 12x per jaar]					
8:30										
9:00										
9:30										
10:00										
10:30										
								"BCM" = "CM2" !		