

Trainingsschema seizoen 2017-2018

VERSIE 10a

ingande 8 januari 2018

VELD A		VELD B		VELD 2A		VELD 2B		VELD 5A		VELD 5B		VELD 6A		VELD 6B	
Maandag		Maandag		Maandag		Maandag		Maandag		Maandag		Maandag		Maandag	
					1	16.30-17.30			17.00-18.00		17.00-18.00		16.30-17.30		16.30-17.30
				17.30-18.30 JO13-6	2	17.30-18.30 JO15-7	5	18.00-19.15 JO15-1	15	18.00-19.15 JO15-3	3	17.30-18.45 JO13-1-2	23-24	17.30-18.45 JO13-1-2	23-24
				18.30-19.30 JO13-7M/JO13-5	3/26	18.30-19.30 JO15-2	16	19.15-20.30 JO19-1+2	11-12	19.15-20.30 JO19-1-2	11-12	18.45-20.00 JO17-1-2	13-14	18.45-20.00 JO17-1-2	13-14
				19.30-21.00 ARC O/23	1	19.30-20.30 G1	22	20.30-21.30 JO19-4	16	20.30-21.30 JO19-5	19	20.00-21.00 JO17-3	17	20.00-21.00 JO17-4	23
				21.00-22.00 ARC15	4	20.30-21.30 JO19-3	5					21.00-22.00		21.00-22.00	
												17.30-18.45 sel.keepers JO13	3		
								18.45-19.30 sel.keepers JO15	15			18.45-20.00 sel.keep.JO17	13		
								19.30-20.30 sel.keepers JO19	11						
Dinsdag		Dinsdag		Dinsdag		Dinsdag		Dinsdag		Dinsdag		Dinsdag		Dinsdag	
				16.30-17.30		16.30-17.30									
				17.30-18.30 JO17-9	4	17.30-18.30 JO13-4/JO13-3	22/21							17.30-18.30 MO15-2	6
				18.30-19.30 MO15-1/MO17-1	5/23	18.30-19.30 JO15-5/JO17-7	4/24	17.00-18.00 JO9-1-2/JO8-1-2	25-26	17.00-18.00 JO9-1-2/JO8-1-2	25-26	18.00-19.15 JO15-1	15	18.30-19.45 JO15-2	16
				19.30-20.30 ARC 12-14	7-8	19.30-20.30 B sel.senioren	2	18.00-19.15 JO11-1-2-3-4	19-20	18.00-19.15 JO11-1-2-3-4	19-20	19.30-20.45 Vrouwen 1	17	19.45-20.45 Vrouwen 2	18
				20.30-22.00 A sel.senioren	1	20.30-22.00 A sel.senioren	1	19.15-20.30 JO17-1-2	13-14	19.15-20.30 JO17-1-2	13-14	20.45-21.45 ARC 5-8-11	25-26	20.45-21.45 ARC 5-8-11	23-25-26
				20.30-22.00 keep.sel.sen.	1-2			20.30-21.45 JO19-1-2	11-12	20.30-21.45 JO19-1-2	11-12				
												19.30-20.45 sel.keep.VR1-2			
Woensdag		Woensdag		Woensdag		Woensdag		Woensdag		Woensdag		Woensdag		Woensdag	
				14.00-15.00		15.00-16.00 F League	15	14.30-15.30 JO9-JO8 ov	11-13	14.30-15.30 JO9-JO8 ov	11-13	16.00-16.45		16.30-17.30	
				15.00-16.00		16.00-16.45 puppies	17	15.45-16.45 JO11 ov	14-16	15.45-16.45 JO11 ov	14-16	17.30-18.45 JO13-1-2	23-24	17.30-18.45 JO13-1-2	23-24
				16.00-17.00 JO9-9M	2	17.00-18.00 JO11-9M	2	17.30-18.30		17.30-18.30 JO15-7	18	18.45-20.00 JO15-4	12	18.45-19.45 G1	25
				17.00-18.00 MO11-1	5	18.00-19.00 JO15-6	6	18.30-19.30 JO15-8	19	18.30-19.30 JO13-8	21	20.00-21.00 ARC 7	4	19.45-21.00 MO 19-1	17
				18.00-19.00 JO15-6	6	18.00-19.00 JO15-6	6	19.30-20.30 JO17-4-5	13-14	19.30-20.30 JO17-4-5	13-14	21.00-22.00 ARC 10-17	7-8	21.00-22.00 ARC 10-17	7-8
				19.00-20.00 JO13-7M	3	19.00-20.00 JO17-8	24	20.30-22.00 ARC 4	15	20.30-21.45 ARC 6	16				
				20.00-21.00 JO19-3	5	20.00-21.00 JO17-6/JO19-6	23/7								
				21.00-22.00 ARC 9	6										
Donderdag		Donderdag		Donderdag		Donderdag		Donderdag		Donderdag		Donderdag		Donderdag	
						16.30-17.30		16.30-17.45		16.30-17.30		16.30-17.30 keepers ov D + M	12	16.30-17.30	
				17.15-18.15 MO15-2	6	17.30-18.30 JO13-3/JO17-9	21/11	17.45-18.45 JO15-5	8	17.30-18.45 JO15-3	3	17.30-18.30 keepers ov E + F	12	17.30-18.30 JO13-4	22
				18.15-19.30 JO15-1	15	18.30-19.45 JO15-2	16	18.45-20.00 JO17-1-2	13-14	18.45-20.00 JO17-1-2	13-14	18.30-19.30 MO17-1/MO15-1	23/5	18.30-19.30 JO17-3/JO17-7	21/24
				19.45-21.15 A sel.sen.	1	19.45-21.15 B sel.sen	2	20.00-21.15 JO19-1-2	11-12	20.00-21.15 JO19-1-2	11-12	19.30-20.45 Vrouwen 1	17	19.30-20.45 Vrouwen 2	18
				21.15-22.15 ARC 13	6	21.15-22.15 ARC 18		21.15-22.15 JO19-4	16	21.15-22.15 7 tegen 7	15	20.45-21.45 ARC5-8	25-26	20.45-21.45 ARC5-8	25-26
Vrijdag		Vrijdag		Vrijdag		Vrijdag		Vrijdag		Vrijdag		Vrijdag		Vrijdag	
				17.15-18.15 MO11-1/JO09-9M	23	17.15-18.15 JO11-6	13	18.45-18.00 JO13-1-2	11-12	16.45-18.00 JO13-1-2	11-12	18.45-17.45 JO8-7	14	17.00-18.00 JO11-8	13
				18.15-19.15 JO13-6/JO13-5	17	18.15-19.15 JO15-8	18	18.00-19.15 JO11-1-2-3-4	19-20	18.00-19.15 JO11-1-2-3-4	19-20	17.45-19.00 JO9-1-2/JO8-1-2	21-22	18.00-19.00 statushouders	24
				19.15-20.15 JO15-6	11	19.15-20.15 JO17-5/JO15-4	14/12	19.30-20.30 JO17-6/JO17-4	18	19.30-20.30 JO17-3	17	19.00-20.00 JO17-8	16	19.00-20.00 JO19-5	15
Openen Piet vd Pouw															
Openingstijden kantine:		Blauw = is openen Blauw = is sluiten													
Ma	18.00-23.00														
Di	18.00-23.00														
Wo	12.30-23.00	Ballenkooien goed afsluiten													
Do	18.00-23.45	Wees zuinig met de materialen en alles terug zetten waar het vandaan is gehaald													
		wij vragen begrip voor de ingedeelde velden i.v.m. aanleg kunstgrasvelden													
Vragen en opmerkingen bij:		Piet van der Pouw Groenewerk 6 2405 HG Alphen a.d. Rijn ☎ 06-23 03 77 58 ✉ pvanderpouw@ziggo.nl													
		Let op: Ga op het juiste veld en kledkamers													