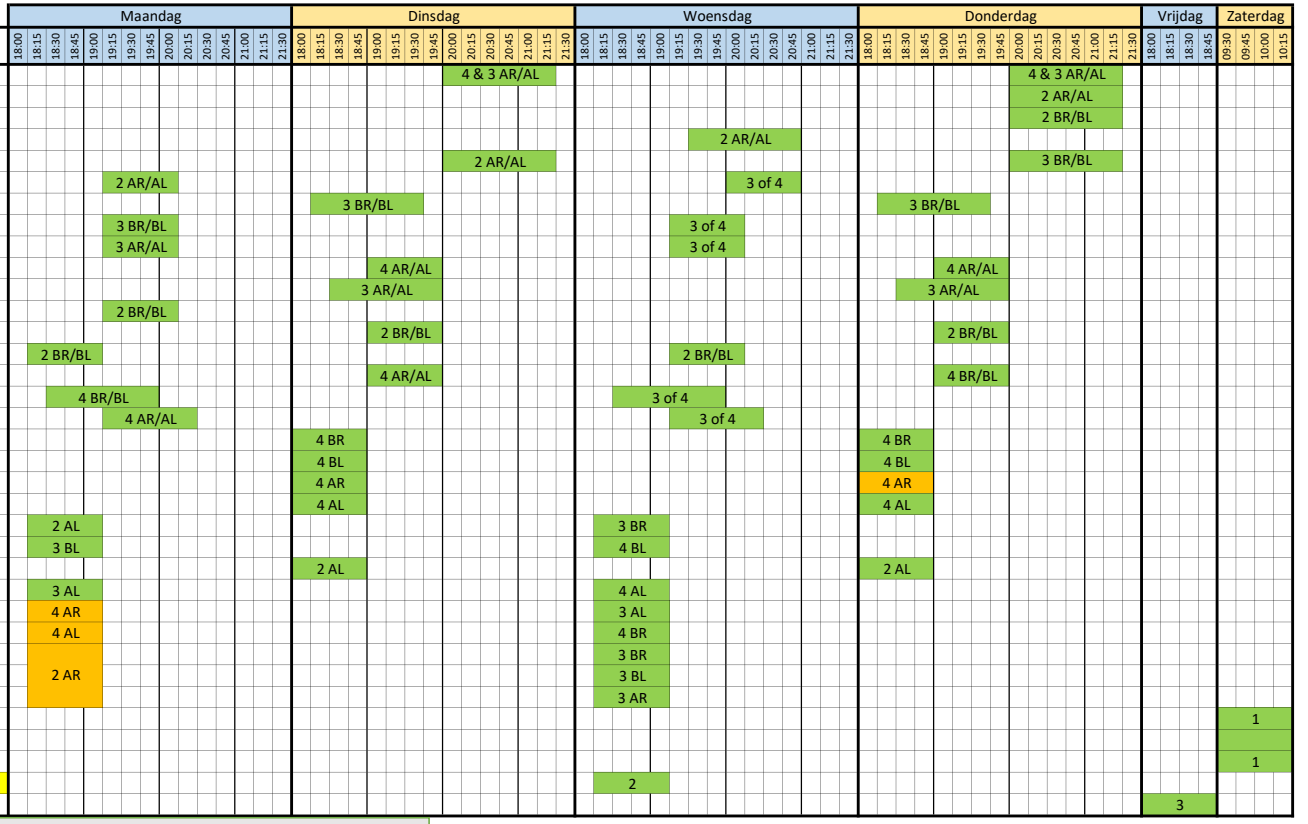
Team	Training 1 Dag	Training 1 Veld	Training 2 Dag	Training 2 Veld	Tijd
A-selectie	di	4 & 3 AR/AL	do	4 & 3 AR/AL	20:00-21:30
B-selectie	do	3 BR/BL			20:00-21:30
Vrouwen 1	do	2 BR/BL			20:00-21:30
Vrouwen 2	wo	2 AR/AL			19:30-21:00
JO19-1	di	2 AR/AL	do	2 AR/AL	20:00-21:30
JO19-2	ma	2 AR/AL	wo	3 of 4, veld van JO13-1	19:15-20:15 / 20:00-21:00
JO17-1	di	3 BR/BL	do	3 BR/BL	18:15-19:45
JO17-2	ma	3 BR/BL	wo	3 of 4, afh. van JO13-1	19:15-20:15
JO17-3	ma	3 AR/AL	wo	3 of 4, afh. van JO13-1	19:15-20:15
MO17-1	di	4 AR/AL	do	4 AR/AL	19:00-20:00
JO15-1	di	3 AR/AL	do	3 AR/AL	18:30-20:00
JO15-2	ma	2 BR/BL			19:15-20:15
JO15-3	di	2 BR/BL	do	2 BR/BL	19:00-20:00
JO15-4	ma	2 BR/BL	wo	2 BR/BL	18:15-19:15 / 19:15-20:15
MO15-1	di	4 AR/AL	do	4 BR/BL	19:00-20:00
JO13-1	ma	4 BR/BL	wo	3 of 4, afh. van 4-skills	18:30-20:00
JO13-2	ma	4 AR/AL	wo	3 of 4, afh. van 4-skills	19:15-20:30
JO12-1	di	4 BR	do	4 BR	18:00-19:00
JO12-2	di	4 BL	do	4 BL	18:00-19:00
JO12-3	di	4 AR	(do)	4 AR	18:00-19:00
JO11-1	di	4 AL	do	4 AL	18:00-19:00
JO11-2	ma	2 AL	wo	3 BR	18:15-19:15
JO10-1	ma	3 BL	wo	4 BL	18:15-19:15
JO10-2	di	2	do	2	18:00-19:00
JO10-3	ma	3 AL	wo	4 AL	18:15-19:15
JO9-1	(ma)	4 AR	wo	3 AL	18:15-19:15
JO9-2	(ma)	4 AL	wo	4 BR	18:15-19:15
JO8-1	(ma)	2 BR	wo	3 BR	18:15-19:15
JO8-2	(ma)	2 BL	wo	3 BL	18:15-19:15
JO8-3	(ma)	2 AR	wo	3 AR	18:15-19:15
Tijgers	za	1			9:30-10:30
Panters (na winterstop?)	za	1			9:30-10:30
Passend voetbal	za	1			9:30-10:30
4-skills circuittraining	wo	2			18:15-19:15
4-skills voetbalschool	vr	3			18:00-19:00



Voetbal- en Keeperschool 4-skills
START: vrijdag 25 september

Informatie pagina voetbalschool:
https://www.4-skills.nl/voetbalschool-4-skills/
Inschrijfformulier voetbalschool:
https://www.4-skills.nl/4-skills-trainingen/

Elke woensdag is er een circuittraining met ondersteuning vanuit 4-skills voor JO8 t/m JO11

Met je leeftijdsgenoten en je **eigen trainers** ga je aan de slag. Een trainer van 4-skills zorgt voor de oefenstof, de organisatie en loopt rond om onze eigen trainers te ondersteunen.

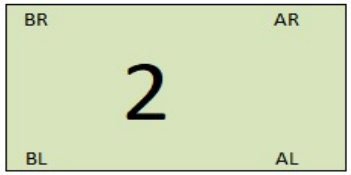
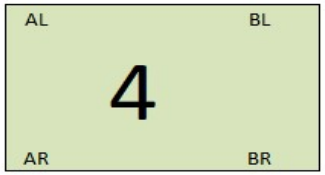
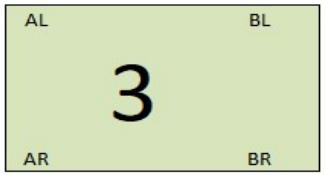
Dit gebeurt op toerbeurt. Je bent om de week aan de beurt:

Week 1: *Alle O8 en O9 teams* ***(26 augustus)***
Week 2: *Alle O10 en O11 teams* ***(2 september)***

Week 3: *Alle O8 en O9 teams* ***(9 september)***
Week 4: *Alle O10 en O11 teams* ***(16 september)***

Etc. Etc.

Deze trainingen zijn verplicht!
Als je niet aan de beurt bent, geldt het reguliere trainingsschema.

START: woensdag 26 augustus

Als je aan de beurt bent met de circuittraining op woensdag, dan komt de reguliere training op de donderdag te vervallen die week. Iedereen traint op die manier max. twee keer per week.