

Trainingsprogramma vanaf 4 mei gedurende dit alternatieve programma

Toelichting op het trainingsprogramma:

- Niet alle teams hebben zich aangemeld voor het alternatieve trainingsprogramma, deze zijn hierin al buiten beschouwing gelaten.
- Het gebruik van de trainingsmogelijkheid is geheel vrijblijvend, zowel voor het team als voor het individu.
- Ieder team is zoveel mogelijk ingedeeld op voorkeur. Ook is er gekeken naar het 'oude' trainingsprogramma.
- Bestaande teams mogen zoveel mogelijk samen trainen. Het is niet toegestaan om onderling wedstrijd of partijvormen te spelen.
- Leden mogen trainen tot de dag dat ze 19 worden. Bij het bereiken van de 19-jarige leeftijd mag er niet getraind worden.
- Een lid dat de leeftijd van 13 jaar bereikt, dient vanaf die dag in een trainingsgroep van 13-18 jaar actief te zijn.
- Teams waarvan een deel van de leden in de leeftijdsgroep tot en met 12 valt en een deel in de leeftijdsgroep 13-18, worden gesplitst of nemen de regels in acht die gelden voor de spelers in de leeftijdscategorie 13 tot en met 18 jaar.
- Ieder team heeft de mogelijkheid om 1x in de week te trainen. Deze training duurt 50-60 minuten. Op zaterdag en zondag is het ook mogelijk te gaan trainen, als extra mogelijkheid. Dit graag melden bij Arno Schuiling met voorkeur.
- Gevraagd wordt om de locaties en tijden aan te houden i.v.m. de gezondheidsrisico's van iedereen.
- Het is mogelijk de TC te vragen naar extra oefenstof.

Teams	Maandag	Veld	Dinsdag	Veld	Woensdag	Veld	Donderdag	Veld	Vrijdag	Veld	Zaterdag	Veld	Zondag	Veld
MO19-1					19:15-20:15	CD								
MO17-1									19:15-20:15	AB				
JO19-2	19:30-20:30	CD												
JO17-1							20:00-21:00	CD						
JO15-1							19:00-20:15	AB					10:15-11:30	AB
JO15-2			19:10-20:00	CD										
JO15-3			18:00-18:50	AB										
JO13-1	18:30-19:20	CD									11:00-12:15	AB		
JO12-1							18:45-19:45	CD			9:30-10:30	C		
JO12-2			19:10-20:00	AB										
JO12-3					18:10-19:00	CD								
JO11-1	18:00-18:50	B												
JO11-2								18:00-18:50	D					
JO10-1					18:10-19:00	A								
JO10-2								18:00-18:50	B					
JO10-3					18:10-19:00	B								
JO10-4M	18:30-19:20	A												
JO9-1									17:00-17:50	A				
JO9-2					17:00-17:50	A								
JO9-3					17:00-17:50	C								
JO9-5									18:00-19:00	C				
JO8-1					15:45-16:40	B					9:30-10:30	A		
JO8-2					15:45-16:40	C					9:30-10:30	B		
JO8-3	17:00-17:50	AB									9:30-10:30	D		
JO8-4					15:45-16:40	D					11:00-12:00	C		
JO8-5					17:00-17:50	B								
Mini's											10:00-11:00	gravel		
Keepers													10:30-12:15	CD

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
17:00 - 17:50 JO8-3	18:00 - 18:50 JO15-3	15:45 - 16:40 JO8-4	18:45 - 19:45 JO12-1	17:00 - 17:50 JO9-1	9:30 - 10:30 JO8-2	10:15-11:30 JO15-1
18:00-18:50 JO11-1	19:10-20:00 JO15-2	JO8-2	19:00 - 20:15 JO15-1	18:00 - 19:00 JO9-5	JO8-1	10:30-12:15 Keepers
18:30 - 19:20 JO10-4	JO12-2	JO8-1	20:00-21:00 JO17-1	JO11-2	JO12-1	
JO13-1		17:00 - 17:50 JO8-5		JO10-2	JO8-3	
19:30 - 20:30 JO19-2		JO9-3		19:15 - 20:15 MO17-1	11:00-12:00 JO8-4	
		JO9-2			11:00-12:15 JO13-1	
		18:10 - 19:00 JO10-3				
		JO10-1				
		JO12-3				
		19:15 - 20:15 MO19-1				