

Trainingsschema Legmeervogels



Maandag			15		16				17				18				19				20				21						
			.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45			
VL	1/4	veld 1 Hoofdveld										Keeperstraining						ZA selectie													
VR	1/4																														
AL	1/4								O14-2				O14-1																		
AR	1/4																														
VL	1/4	veld 2 Kunstgras					Mini's				MO15-1				O13 (3 teams)				Za 6												
VR	1/4																														
AL	1/4						O14-3				MO15-2								O17-1												
AR	1/4																														
VL	1/4	veld 3 Kunstgras						O8				O11				O16 (3 teams)															
VR	1/4																														
AL	1/4								O7											O23-2											
AR	1/4																														
VL	1/4	veld 4 Kunstgras						O9				O12				O15-1															
VR	1/4																														
AL	1/4								O10							O15-2															
AR	1/4																														
VL	1/4	veld 5																													
VR	1/4																														
AL	1/4																														
AR	1/4																														

Trainingsschema Legmeervogels



Dinsdag			15		16				17				18				19				20				21								
			.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45					
VL	1/4	veld 1 Hoofdveld								KNVB (Oefen)wedstrijden									Za 1														
VR	1/4																																
AL	1/4																																
AR	1/4																																
VL	1/4	veld 2 Kunstgras													MO17-1		35+ VR	Za 2															
VR	1/4																																
AL	1/4										O14-2				MO17-2			Za 5															
AR	1/4																																
VL	1/4	veld 3 Kunstgras													O16-1			Za 3															
VR	1/4																																
AL	1/4														O16-2			O23-1															
AR	1/4																																
VL	1/4	veld 4 Kunstgras													O15-1			VR 1															
VR	1/4																																
AL	1/4														O14-1			Za 4															
AR	1/4																																
VL	1/4	veld 5																															
VR	1/4																																
AL	1/4																																
AR	1/4																																

Trainingsschema Legmeervogels



Woensdag			15		16				17				18				19				20				21														
			.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45											
VL	1/4	veld 1 Hoofdveld											KNVB																										
VR	1/4																																						
AL	1/4																																						
AR	1/4																																						
VL	1/4	veld 2 Kunstgras					Mini's				MO15-1				O13				Za 6																				
VR	1/4																																						
AL	1/4										MO15-2																												
AR	1/4																																						
VL	1/4	veld 3 Kunstgras								O8				O11				O19-1																					
VR	1/4																																						
AL	1/4										O7											O14-3																	
AR	1/4																																						
VL	1/4	veld 4 Kunstgras								O9				O12				O16-3																					
VR	1/4																																						
AL	1/4																																						
AR	1/4										O10																												
VL	1/4	veld 5																																					
VR	1/4																																						
AL	1/4																																						
AR	1/4																																						

Trainingsschema Legmeervogels



Donderdag			15		16				17				18				19				20				21									
			.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45						
VL	1/4	veld 1 Hoofdveld								O14-1										Za 1														
VR	1/4																																	
AL	1/4										O14-2				O17-1																			
AR	1/4																																	
VL	1/4	veld 2 Kunstgras									O9 Selectie				MO17-1				0.00	0.15	Za 2													
VR	1/4																			0.30									0.45					
AL	1/4											O10 Selectie				MO17-2				0.00	0.15	O23-1												
AR	1/4																			0.30	0.45													
VL	1/4	veld 3 Kunstgras							O7-Selectie				O12-Selectie				O16-1				Za 3													
VR	1/4																																	
AL	1/4									O8-Selectie				O11- Selectie				O19-1				O23-2												
AR	1/4																																	
VL	1/4	veld 4 Kunstgras												O13 selectie				O15 selectie				VR 1												
VR	1/4																																	
AL	1/4																																	
AR	1/4																															Za 5/ Zat 35+		
VL	1/4	veld 5																																
VR	1/4																																	
AL	1/4																																	
AR	1/4																																	

Trainingsschema Legmeervogels



Vrijdag			15		16			17				18				19				20				21			
			.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30	.45	.00	.15	.30
VL	1/4	veld 1 Hoofdveld																									
VR	1/4																										
AL	1/4																										
AR	1/4																										
VL	1/4	veld 2 Kunstgras																	35+ vr								
VR	1/4																										
AL	1/4																										
AR	1/4																										
VL	1/4	veld 3 Kunstgras																									
VR	1/4																										
AL	1/4																										
AR	1/4																										
VL	1/4	veld 4 Kunstgras																									
VR	1/4																										
AL	1/4																										
AR	1/4																										
VL	1/4	veld 5																									
VR	1/4																										
AL	1/4																										
AR	1/4																										