Trainingsschema Cartouche

Versie: 25/06/2020

Seizoen: 2020 - 2021

Legenda:

- KEEPER
- TOPHOCKEY
- SENIOREN
- BREEDTE
- EXTERN
- TRIM
- CIRCUIT
- * FACULTATIEF

Maandag

	Veld 1 (water)	Veld 2 (water)	Veld 3 (zand)	Veld 4 (water)	Veld 5 (semi)	Miniveld 1	Miniveld 2
16.00-16.15	E CIRCUIT (jongens) 1e jaars (5 teams) TZw / TVe / BSu / BvD / TPr / THo / TSt / EVe	E CIRCUIT (meisjes) 1e jaars (6 teams) AvdB / KRa / EVo / MVa / CGo / MMa / MHa / FBo / MVr / FRa / RvdK / BdG	NOVUM	D-Circuit S&B (oneven-teams) **ASM coördinator**: ABr **trainers**: AdW / PSc / AVr / LGr / CAr / HOu / RKi / TZa / BJa / MdW / EKo / MVa / PvI / BvdD / BSp / HKe	NOVUM	SMALLSTEPS	SMALLSTEPS
16.15-16.30							
16.30-16.45			Looptraining MD1/JD1/JD2 JKo / AdW		MC3 MWi		
16.45-17.00							
17.00-17.15	E CIRCUIT (jongens) 2e jaars (4 teams) TZw / TVe / MvdE / PBu / HKe / BJa / VOo / DDo	E CIRCUIT (meisjes) 2e jaars (5 teams) JKo / LTj / CAr / HOu / LvdR / NWi / EvdH / ERo / KSc / JVe		D-Circuit S&B (even-teams) **ASM coördinator**: ABr **trainers**: SdB / PvI / BvdD / RQvU / MVa / EKo / MdW / AdW / PSc / ERa / BHo / BSp / RKi / TZa			
17.15-17.30			GoedFysio		JA4 MHu		
17.30-17.45							
17.45-18.00	JB1 MSo / SdB	JC1 PPi		MC1 RuKi / MSt	MC8 GvdH / SdO		
18.00-18.15	JB2 DDo / HDu	JC2 QAd / TvdR MAn	MB3 FDo	MC2 BDu / JHa		ASM-training ABr	Active LadieS
18.15-18.30							
18.30-18.45							
18.45-19.00	MA1 MSo / SBo	MA2 LMe	MA5 IBu	MA3 MAn	MA4 HDu	Tevess	's ochtends
19.00-19.15	MB1 Ldr / RuKi	MB2 FDo/DvD		JA2 DDo		09.00-09.15	Active LadieS
19.15-19.30					JB3 NSt	09.15-09.30	
19.30-19.45						09.30-09.45	
19.45-20.00	TRIM (soms wedstrijd)	D3	TRIM (soms wedstrijd)	TRIM MAn	TRIM (soms wedstrijd)	09.45-10.00	
20.00-20.15							
20.15-20.30							
20.30-20.45							
20.45-21.00							
21.00-21.15							
21.15-21.30							
21.30-21.45							
21.45-22.00							
22.00-22.15							
22.15-22.30							
22.30-22.45							

Dinsdag

	Veld 1 (water)	Veld 2 (water)	Veld 3 (zand)	Veld 4 (water)	Veld 5 (semi)	Miniveld 1	Miniveld 2
16.00-16.15	MD2 MVa / EKo	JD3 RKi	MD1 AdW / PSc	MD3 AVr / LGr	JD1 SdB / SWe	JD2 BvdD	
16.15-16.30							
16.30-16.45							
16.45-17.00							
17.00-17.15	MA1 JKo / CvW		JC2 QAd / TvdR	JC1 PPi / SdB	JB1 BSt / GAi	MC1 RuKi / MSt	Vaardigheids Training
17.15-17.30							
17.30-17.45							
17.45-18.00							
18.00-18.15	D1 JKo / JdK		H1 MvdS	LIBANON TRIBUNAAL	MC2 LSc / JHa	MB1 LDr / RuKi	MB5 LMe
18.15-18.30							
18.30-18.45							
18.45-19.00							
19.00-19.15	JA1 MHo / PSw	HS BBe	H2 JvdS	HJ1	TRIM MA17	H3SF	H3SG
19.15-19.30							
19.30-19.45							
19.45-20.00							
20.00-20.15							
20.15-20.30							
20.30-20.45							
20.45-21.00							
21.00-21.15							
21.15-21.30							
21.30-21.45							
21.45-22.00							
22.00-22.15							
22.15-22.30							
22.30-22.45							

	Veld 4 (water)	Veld 5 (semi)	Miniveld 1	Miniveld 2
16.00-16.15			SMALLSTEPS	SMALLSTEPS
16.15-16.30				
16.30-16.45				
16.45-17.00				
17.00-17.15				
17.15-17.30		MA6 JHa/MvSp		Active Ladies
17.30-17.45				
17.45-18.00				
18.00-18.15		MB6 JPa		Active Ladies
18.15-18.30				
18.30-18.45				
18.45-19.00				
19.00-19.15				
19.15-19.30		TRIM		
19.30-19.45				
19.45-20.00				
20.00-20.15				
20.15-20.30				
20.30-20.45				
20.45-21.00				
21.00-21.15				
21.15-21.30				
21.30-21.45				
21.45-22.00				
22.00-22.15				
22.15-22.30				
22.30-22.45				

Woensdag

	Veld 1 (water)	Veld 2 (water)	Veld 3 (zand)	Veld 4 (water)	Veld 5 (semi)	Miniveld 1	Miniveld 2
14.00-14.15				F CIRCUIT 1e jaar	NOVUM		
14.15-14.30							
14.30-14.45							
14.45-15.00	E CIRCUIT 1e jaar JE	E CIRCUIT 1e jaar ME	F CIRCUIT 2e jaar	F CIRCUIT 2e jaar			
15.00-15.15							
15.15-15.30							
15.30-15.45	E CIRCUIT 2e jaar JE	E CIRCUIT 2e jaar ME					
15.45-16.00							
16.00-16.15							
16.15-16.30							
16.30-16.45	**Even weken:** JC3, JC4, JB4 FdW / **DDo** / NDo **Oneven weken:** MC6, MC7, MB6, MB7 DFr / ASc / JPa / **MDu**	**Even weken:** JB7, MC8, MB8 **MAn** / FHe / LVe **Oneven weken:** MC4, MC5, MB4, MB5 NvD / MvdEB / **FZw** / DBo	**Even weken:** MC4, MC5, MB4, MB5 NvD / MvdEB / **FZw** / DBo **Oneven weken:** JC3, JC4, JB4 FdW / **DDo** / NDo	GOALIEWORKS	**Even weken:** MC6, MC7, MB6, MB7 DFr / ASc / JPa / MDu **Oneven weken:** JB7, MC8, MB8 **MAn** / FHe / LVe		
16.45-17.00							
17.00-17.15							
17.15-17.30							
17.30-17.45							
17.45-18.00							
18.00-18.15	**Even weken:** MC3, MB3, JB3 **NSt** / WCh / SwiM *oneven weken op veld 3 trainen*	**Even weken:** JC5, JC6, JB5, JB6 **Man** / FZw / JPa / FdW / *oneven weken op veld 5 trainen*	MA4 MiLi *oneven weken op veld 1 trainen*	MA5 DBo *oneven weken op veld 1 trainen*	MA2 TKo *oneven weken op veld 2 trainen*	MA3 DDo *oneven weken op veld 2 trainen*	
18.15-18.30							
18.30-18.45							
18.45-19.00							
19.00-19.15	D30D NSt D30C NSt	D3 MAn	H6	D30E	HJ4	DJ3	D4	TRIM 50+	Active Ladies
19.15-19.30									
19.30-19.45									
19.45-20.00									
20.00-20.15	D30B	D30A	DJ2 MAn	H4	DJ5	JA3 NSt	H3SD	D30F	TRIM MB2		Active Ladies
20.15-20.30									
20.30-20.45									
20.45-21.00									
21.00-21.15									
21.15-21.30									
21.30-21.45									
21.45-22.00									
22.00-22.15									
22.15-22.30									

Donderdag

	Veld 1 (water)	Veld 2 (water)	Veld 3 (zand)	Veld 4 (water)	Veld 5 (semi)	Miniveld 1	Miniveld 2
15.00-15.15							
15.15-15.30							
15.30-15.45							
15.45-16.00							
16.00-16.15	JD1 SdB / SWe	MD2 MVa / EKo	MD1 AdW / PSc	JD2 BvdD / PvI	MD4 LMi / FTi	JD7 PKa / NvS		MC1 RuKi / LDr	MC2 BDu / JHa		JD3 RKi / TZa	SMALLSTEPS	SMALLSTEPS
16.15-16.30										MD3 AVr / LGr / JPa			
16.30-16.45													
16.45-17.00													
17.00-17.15	JC1 PPi / SdB	JC2 QAd / TvdR	JB2 DDo / HDu	JB1 MSo/ BSt	MD6 MSt	MD7 RGo / SdH		MA1 JKo	MB1 LDr / RuKi	JD6 JPa	MD5 CWe		
17.15-17.30													Active Ladies
17.30-17.45	H1 MvdS		JA2 DDo	MB2 FDo/DvD						MA6 BKo	JA4 H3SE		
17.45-18.00								D1 JKo / JdK					Active Ladies
18.00-18.15			H3SC	H3SB									
18.15-18.30										H4SA	H3SE		
18.30-18.45													
18.45-19.00													
19.00-19.15	H2 JvdS	JA1 MHo / JVe	H3SA	H3	TRIM Do2 EKi	TRIM Do1 JA1						Tevess	's ochtends
19.15-19.30												10.00-10.15	Active Ladies
19.30-19.45												10.15-10.30	
19.45-20.00												10.30-10.45	
20.00-20.15												10.45-11.00	
20.15-20.30													
20.30-20.45													
20.45-21.00													
21.00-21.15													
21.15-21.30													
21.30-21.45													
21.45-22.00													
22.00-22.30													
22.30-22.45													

Vrijdag

	Veld 1 (water)	Veld 2 (water)	Veld 3 (zand)	Veld 4 (water)	Veld 5 (semi)	Miniveld 1	Miniveld 2
16.00-16.15		NOVUM			NOVUM		
16.15-16.30						Tevens	's ochtends
16.30-16.45	MC5 TAl	JC5 YZu / BvD	JD5 HKe / BJa	JC6 BKo	Keeperschool mini's	MD8 FWy / SaBo	JB3 NSt	JC4 JdW / OVe	JD4 TOl / FvH	MC7 JvdJ	09.00-09.15	Active Ladies
16.45-17.00											09.15-09.30	
17.00-17.15											09.30-09.45	
17.15-17.30											09.45-10.00	
17.30-17.45												
17.45-18.00	MC4 NvD / TAl	JC3 YZu / BvD	JB5 JaK	JB4 BKo		JA3 NSt	MB4 MHe	MB7 LWy	MC6 KBa / LvdT	MB8 JvdJ		
18.00-18.15												
18.15-18.30												
18.30-18.45												
18.45-19.00												
19.00-19.15	H1 MvdS Voorlopig vrij		DJ1	D2			JB6 MHe	JA1 Specialisten	HJ3	JB7 JvdJ		
19.15-19.30												
19.30-19.45												
19.45-20.00												
20.00-20.15												
20.15-20.30												
20.30-20.45												
20.45-21.00												
21.00-21.15												
21.15-21.30												
21.30-21.45												
21.45-22.00												
22.00-22.15												

Zaterdag

	Veld 1 (water)	Veld 2 (water)	Veld 3 (zand)	Veld 4 (water)	Veld 5 (semi)	Miniveld 1	Miniveld 2
10.00-10.15			Active Ladies				
10.15-10.30							
10.30-10.45							
10.45-11.00							
11.00-11.15			Active Ladies				
11.15-11.30							
11.30-11.45							
11.45-12.00							