

SPECIFIEKE TRAININGEN

Schema Loopcoördinatie/Romp- en Stabiliteitstraining

1e training week 38: vanaf maandag 16 september

Maandag

18.00-18.20	JO11/1-2	Loop-en Coördinatie training	Samen
18.20-18.40	JO9-2/JO11-3	Loop-en Coördinatie training	Om de week
18.40-19.00	MO13-1/MO15-1	Loop-en Coördinatie training-Rompstab	Om de week
19.00-19.20	JO14-2	Loop-en Coördinatie training	
19.20-19.40	JO12-2	Loop-en Coördinatie training	
20.00-20.30	JO19-1	Loop-en Coördinatie training-Rompstabiliteit	

Dinsdag

18.00-18.20	JO12-1	Loop-en Coördinatie training	
18.20-18.40	JO10-1	Loop-en Coördinatie training	
18.40-19.00	JO14-1	Loop-en Coördinatie training-Rompstabiliteit	
19.00-19.20	JO15-1		
19.20-20.10		Hersteltraining - Individuele training	
20.15-20.35	SE1-2	Loop-en Coördinatie training-Rompstabiliteit	

Donderdag

18.00-18.20	JO 9-1 / JO10-2	Loop-en Coördinatie training	Samen
18.20-18.40	MO13-2	Loop-en Coördinatie training	
18.40-19.00	JO17-1	Loop-en Coördinatie training-Rompstabiliteit	
19.15-20.10		Hersteltraining - Individuele training	
20.15-20.35	VR1	Loop-en Coördinatie training-Rompstabiliteit	