

Groepsindeling seizoen 2018-2019:

Swimkick 1
Moh - Amin
Quinten
Souhayl
Mila K

4

Swimkick 2
Sena
Adam
Eren
Sanvi
Ananya
Shreya
Lucas

7

TT 1
Teun
Mila A
Zara
Rachel
Amber
Sienna

6

TT 2
Myrthe
Margriet
Jinte
Nourah
Preston
Kai
Gerd
Luka
Mirre

9

TT 3
Annika
Mijke
Elin
Lilith
Ben
Raffayin
Rana

7

JJ 2 A
Wesley
Carolien
Lotte
Rezi
Siem
Eva
Sanne

7

JJ 2 B
Bram
Manar
Louisa
Jonah
Liselot

5

JJ 3
Groep A
Vincent
Martijn
Nigel
Amun
Sophie

Groep B
Yardan
Lonneke
Norah
Tristan
Danny
Gabrielle

Groep C
Thijmen
Thijs
Zena
Isabel
Luke

16

Senioren
Mark M
Mark Z
Liesbeth
Marjon
Danielle

5

Trainingsschema (per bad) 2018-2019:

Den Hommel		
Dag	Baan	Groep
Maandag		
17.00 - 18.30u	5	JJ2 A
17.00 - 18.30u	6	Senioren

Dinsdag		
17:15 - 18:00u	6	SK1
17:15 - 18:00u	5	SK2
18:00 - 19:00u	6	TT2
18:00 - 19:00u	5	TT3

Woensdag		
17.30 - 18.30u	6	TT1
17.30 - 18.30u	5	JJ3 A + Uitnodiging
18.30 - 19.30u	1	TT2
18.30 - 19.30u	2	TT3
18.30 - 19.30u	3	JJ2 B
18.30 - 19.30u	4	JJ2 A
18.30 - 19.30u	6	JJ3 B/C
19.30 - 21.00u	1 t/m 6	Masters

Donderdag		
5.30 - 7.00u	-	JJ 3 A + uitnodiging

Vrijdag		
16.45 - 18.30u	6	JJ3 A/B/C
16.45 - 18.30u	5	JJ3 A/B/C
16.45 - 18.30u	4	JJ2 B

Krommerijn		
Dag	Baan	Groep
Maandag		
16.30 - 18.00u	1	JJ3 A/B/C
16.30 - 18.00u	2	JJ2 B

Dinsdag		
16.30 - 18.00u	1	JJ3 A/B
16.30 - 18.00u	2	Senioren

Zaterdag		
7.30 - 9.00u	2	JJ3 A/B/C
7.30 - 9.00u	3	JJ3 A/B/C
8.00 - 9.00u	1	TT3

De Kwakel		
Dag	Baan	Groep
Donderdag		
17.30 - 18.30u	1	SK1
17.30 - 18.30u	2	SK2

Vrijdag		
17:30 - 18:30u	1	JJ2 A
17:30 - 18:30u	2	Senioren
17:30 - 18:30u	3	Masters
17:30 - 18:30u	4	TT3
17:30 - 18:30u	5	TT2
17:30 - 18:30u	6	TT1

Trainingsschema (per groep) 2018-2019:

Swimkick 1

Dinsdag	17.00 - 18.00	Den Hommel	Zwem + land
Donderdag	17.30 - 18.30	De Kwakel	Zwem

Swimkick 2

Dinsdag	17.00 - 18.00	Den Hommel	Zwem + land
Donderdag	17.30 - 18.30	De Kwakel	Zwem

TrainTechniek 1

Woensdag	17.15 - 18.30	Den Hommel	Zwem + land
Vrijdag	17.30 - 18.30	De Kwakel	Zwem

TrainTechniek 2

Dinsdag	17.40 - 19.00	Den Hommel	Zwem + land
Woensdag	18.30 - 19.30	Den Hommel	Zwem
Vrijdag	17.30 - 18.30	De Kwakel	Zwem

TrainTechniek 3

Dinsdag	17.40 - 19.00	Den Hommel	Zwem + land
Woensdag	18.30 - 19.30	Den Hommel	Zwem
Vrijdag	17.30 - 18.30	De kwakel	Zwem
Zaterdag	08.00 - 09.30	De Krommerijn	Zwem + land

Junioren-Jeugd 2A

Maandag	17.00 - 18.45	Den Hommel	Zwem + land
Woensdag	18.00 - 19.30	Den Hommel	Zwem + land
Vrijdag	17.30 - 18.30	De kwakel	Zwem

Junioren-Jeugd 2B

Maandag	16.30 - 18.15	De Krommerijn	Zwem + land
Woensdag	18.00 - 19.30	Den Hommel	Zwem + land
Vrijdag	16.45 - 18.30	Den Hommel	Zwem

Junioren-Jeugd 3 ABC

Maandag	16.30 - 18.15	De Krommerijn	Zwem + land
Dinsdag	16.30 - 18.00	De Krommerijn	Zwem
Woensdag	17.15 - 19.30	Den Hommel	Zwem + land
Woensdag	18.00 - 19.30	Den Hommel	Zwem + land
Donderdag	05.30 - 07.00	Den Hommel	Zwem
Vrijdag	16.45 - 18.30	Den Hommel	Zwem
Zaterdag	07.30 - 09.30	De Krommerijn	Zwem + land

Let op: BC groepen trainen niet alle uren (zie indeling bestand)

Senioren

Maandag	17.00 - 18.45	Den Hommel	Zwem + land
Dinsdag	16.30 - 18.00	De Krommerijn	Zwem
Vrijdag	17.30 - 18.30	De Kwakel	Zwem

Masters

Woensdag	19.30 - 21.00	Den Hommel	Zwem
Vrijdag	17.30 - 18.30	De Kwakel	Zwem

Landtrainingsschema 2018-2019

Den Hommel	
Dag	Groep
Maandag	
18.30 - 18.45	JJ 2 A
18.30 - 18.45	Senioren

dinsdag	
17.00 - 17.15	SK 1
17.00 - 17.15	SK 2
17.40 - 18.00	TT 2
17.40 - 18.00	TT 3

woensdag	
17.15 - 17.30	TT 1
17.15 - 17.30	JJ 3 A
18.00 - 18.30	JJ 3 B/C
18.00 - 18.30	JJ 2 B
18.00 - 18.30	JJ 2 A

De Krommerijn	
Dag	Groep
Maandag	
18.00 - 18.15	JJ 3 A/B/C
18.00 - 18.15	JJ 2 B

zaterdag	
9.00 - 9.30	JJ 3 A/B/C
9.00 - 9.30	TT 3

Aanspreekpunt trainingsgroepen:

Groep	Aanspreekpunt	Wie	Telefoonnummer	Email
Swimkick 1	Laetitia	Laetitia	06-16822969	laetitiaoullet@gmail.com
Swimkick 2				
TrainTechniek 1	Eline & Zakaria	Eline	06-14804194	elineovereem@gmail.com
TrainTechniek 2		Zakaria	06-47899756	zakaria_mansori@hotmail.com
TrainTechniek 3				
Junioren/jeugd 2A	Marcel	Marcel	06-24892700	mvdhaar@gmail.com
Junioren/jeugd 2B	Lisenka, Zakaria & Donny	Donny	06-34390294	donny@wulverhorst.net
Junioren/jeugd 3		Zakaria	06-47899756	zakaria_mansori@hotmail.com
Senioren		Lisenka	06-46615190	lisenka@arko.nl

Leeftijdsbepaling zwemmers:

<u>Naam:</u>	<u>Geboortejaar:</u>	<u>Zwemcategorie:</u>
Mohamed-Amin	2010	Minioren 3
Quinten	2010	Minioren 3
Souhayl		
Mila K		

Sena	2009	Minioren 4
Adam	2011	Minioren 2
Eren	2008	Minioren 5
Sanvi	2009	Minioren 4
Ananya	2008	Minioren 5
Shreya	2008	Minioren 5
Lucas	2009	Minioren 4

Zara	2007	Junioren 1
Mila A	2007	Junioren 1
Teun	2009	Minioren 4
Rachel	2008	Minioren 5
Amber	2009	Minioren 4
Sienna	2007	Junioren 1

Margriet	2010	Minioren 3
Myrthe	2009	Minioren 4
Nourah	2007	Junioren 1
Jinte	2004	Jeugd 1
Kai	2008	Minioren 5
Preston	2007	Minioren 6
Gerd	2006	Junioren 1
Luka	2006	Junioren 2

Elin	2008	Minioren 5
Mijke	2008	Minioren 5
Annika	2007	Junioren 1
Lilith	2006	Junioren 2
Ben	2007	Minioren 6
Raffayin	2006	Junioren 1
Rana	2005	Junioren 3

Eva	2004	Jeugd 1
Rezi	2004	Jeugd 1
Lotte	2003	Jeugd 2
Sanne	2002	Senioren
Carolien	1999	Senioren / Masters
Siem	2005	Junioren 2

Wesley	2004	Junioren 3
--------	------	------------

<u>Naam:</u>	<u>Geboortejaar:</u>	<u>Zwemcategorie:</u>
Manar	2003	Jeugd 2
Liselot	2003	Jeugd 2
Louisa	1999	Senioren / Masters
Jonah	2001	Jeugd 2
Bram	2001	Jeugd 2

Zena	2006	Junioren 2
Isabel	2006	Junioren 2
Lonneke	2005	Junioren 3
Sophie	2004	Jeugd 1
Norah	2003	Jeugd 2
Thijs	2006	Junioren 1
Luke	2005	Junioren 2
Yardan	2005	Junioren 2
Thijmen	2005	Junioren 2
Amun	2004	Junioren 3
Danny	2004	Junioren 3
Nigel	2003	Junioren 4
Tristan	2002	Jeugd 1
Gabrielle	2000	Senioren / Master
Martijn	1997	Senioren / Master
Vincent	1977	Senioren / Master

Marjon	1991	Senioren / masters
Danielle	1991	Senioren / masters
Liesbeth	1987	Senioren / masters
Mark M	1984	Senioren / masters
Mark Z	1979	Senioren / masters