

# Groepsindeling seizoen 2018-2019:

Swimkick 1
Moh - Amin
Quinten
Souhayl
Mila K
Doris
Mette
Aadithi

7

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
Maren

8

JJ 2 A
Wesley
Carolien
Lotte
Rezi
Siem
Sanne

6

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
Marlous

5

# Trainingsschema (per bad) 2018-2019:

Den Hommel		
Dag	Baan	Groep
<b>Maandag</b>		
17.00 - 18.30u	5	JJ2 A
17.00 - 18.30u	6	Senioren

Dinsdag		
Dag	Baan	Groep
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		
Dag	Baan	Groep
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		
Dag	Baan	Groep
5.30 - 7.00u	-	JJ 3 A + uitnodiging

Vrijdag		
Dag	Baan	Groep
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
18.30 - 19.30u	6	SK1
18.30 - 19.30u	5	SK2

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

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

Zaterdag		
Dag	Baan	Groep
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
<b>Vrijdag</b>		
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
Vrijdag	18.30 - 19.30	Den Hommel	Zwem

## Swimkick 2

Dinsdag	17.00 - 18.00	Den Hommel	Zwem + land
Vrijdag	18.30 - 19.30	Den Hommel	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
<b>Maandag</b>	
18.30 - 18.45	JJ 2 A
18.30 - 18.45	Senioren

<b>dinsdag</b>	
17.00 - 17.15	SK 1
17.00 - 17.15	SK 2
17.40 - 18.00	TT 2
17.40 - 18.00	TT 3

<b>woensdag</b>	
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
<b>Maandag</b>	
18.00 - 18.15	JJ 3 A/B/C
18.00 - 18.15	JJ 2 B

<b>zaterdag</b>	
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