

Trainingsschema (per groep) 2019-2020:

Instroomgroep			
Vrijdag	18.30 - 19.30	Den Hommel	Zwem

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 1			
Maandag	17.00 - 18.00	Den Hommel	Zwem
Vrijdag	17.30 - 18.30	De Kwakel	Zwem

Junioren-Jeugd 2			
Maandag	17.00 - 19.00	Den Hommel	Zwem + land
Woensdag	18.00 - 19.30	Den Hommel	Zwem + land
Vrijdag	17.30 - 18.30	De Kwakel	Zwem

Junioren-Jeugd 3 ABC			
Maandag	16.30 - 18.15	De Krommerijn	Zwem + land
Dinsdag	05:30-07:00	Den Hommel	Zwem
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	18.00 - 19.00	Den Hommel	Zwem
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