

Trainingstijden seizoen 22/23

De trainingen van synchroon starten vanaf 24 augustus, alle overige trainingen vanaf maandag 29 augustus.

Minipupillen		
dinsdag	18:00-19:00	Instructiebad
vrijdag	18:00-19:00	Instructiebad

EG1 en EG2		
dinsdag	17:00-18:00	waterpolo
vrijdag	16:00-17:00	waterpolo
	17:00-18:00	zwemtraining

DG1 en DG2		
dinsdag	17:00-18:00	waterpolo
donderdag	17:00-18:00	waterpolo
Vrijdag	17:00-18:00	zwemtraining

CM1		
woensdag	19:00-20:00	waterpolo
vrijdag	18:00-19:00	waterpolo
		<i>3^e training volgt</i>

CJ1		
dinsdag	18:30-20:00	waterpolo, Veenendaal
woensdag	17:00-18:00	waterpolo
donderdag	19:00-20:00	Waterpolo, Veenendaal
vrijdag	17:00-18:00	fitness
	18:00-19:00	waterpolo

BG1		
dinsdag	18:30 - 20:00	Veenendaal, instructiebad
vrijdag	18:00-19:00	waterpolo

BJ1		
dinsdag	18:30-20:00	waterpolo, Veenendaal
woensdag	18:00-19:00	waterpolo
donderdag	19:00-20:00	waterpolo, Veenendaal
vrijdag	18:00-19:00	fitness
	19:00-20:00	waterpolo, Ede

BM1		
dinsdag	20:00-21:30	waterpolo
woensdag	19:00-20:00	waterpolo
vrijdag	19:00-20:00	waterpolo
	21:15-22:45	waterpolo

Da3		
maandag	21:00-23:00	waterpolo, roulatie
vrijdag	19:00-20:00	waterpolo

H3, H4 en H5		
maandag	21:00-23:00	waterpolo, roulatie
donderdag	21:00-22:00	waterpolo

Let op: de blauw gekleurde trainingen vinden plaats in Zwembad de Vallei in Veenendaal

Damesselectie		
maandag	21:00-22:00	fitness
	21:00-23:00	waterpolo, roulatie
dinsdag	19:00-20:00	fitness
	20:00-21:30	waterpolo
woensdag	20:00-21:00	fitness
	21:00-22:30	waterpolo
vrijdag	21:15-22:45	waterpolo

Herenselectie		
maandag	19:30-21:00	fitness
	21:00-23:00	waterpolo, roulatie
dinsdag	21:30-23:00	waterpolo
donderdag	19:30-21:00	fitness
	21:00-22:00	waterpolo
vrijdag	18:30-20:00	fitness
	20:00-21:15	waterpolo

Synchroonzwemmen		
maandag	17:00-18:00	2 banen
woensdag	17:00-18:00	fitness
	18:00-20:00	half bad
zaterdag	7:30-9:30	heel bad
	9:30-10:30	fitness

Fit en Fun		
dinsdag	19:00-20:00	heel bad