



Trainingen van 24-02-2026 t/m 26-02-2026

Dag	Datum	Tijd	Plaats	Trainer	Programma
dinsdag	24-02-2026	16:00-17:15		Jaap	Piramide 200 - 400 - 600 - 400 -200 Z3.5 H=100w 100d
dinsdag	24-02-2026	19:30-20:45			Geen trainer ivm reanimatie cursus. Er kan wel worden getraind op de baan.
woensdag	25-02-2026	19:30-20:30		Tonny	Running and More
donderdag	26-02-2026	19:30-20:45		Rik	Estafette 3 lopers, 1 rechtsom tempo Z4, 2 linksom dribbel geen herstel