

TRAININGSSCHEMA SENIOREN MIV 18-08-2024

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
9.00u	Bootcamp					Hardlopen interval	Recreanten Survivalrun BSR
9.30u							Recreanten Survivalrun beginners
10.00u	Senioren Fit						
19.00u	Bootcamp Dinxperlo Bootcamp Aalten	Recreanten Survivalrun	Bootcamp	Recreanten Survivalrun KSR Survivalrun			
19.15u				MSR/LSR Survivalrun +			
20.00u		HIIT Survival	Bootcamp				

TRAININGSSCHEMA JEUGD MIV 25-08-24

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
9.00u							Jeugd A t/m E
9.30u							Jeugd F,G,L en M
10.00u							Jeugd H, I en J
10.30u							Jeugd K
16.00u							
17.00u			Jeugd A t/m D				
18.00u			Jeugd E t/m I				
19.00u		Jeugd J en K		Jeugd J en K			