

Trainingen seizoen 2023-2024

ZONDAG										DORDRECHT									
tijd	Diep					Ondiep					Instructiebad								
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
08.30 - 08.45						EG				F	Donateurs (baby/peuter)								
08.45 - 09.00																			
09.00 - 09.15	H3-8		Da3																
09.15 - 09.30						DG													
09.30 - 09.45										BM3 + BM1 als geen wedstr.									
09.45 - 10.00																			
10.00 - 10.15	CJ1-2																		
10.15 - 10.30																			
10.30 - 10.45																			
10.45 - 11.00						BJ1				AJ1									
11.00-11.15																			
11.15-11.30																			

MAANDAG										DORDRECHT									
tijd	Diep					Ondiep					Instructiebad								
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
05.45 - 06.00	H Sel																		
06.00 - 06.15																			
06.15 - 06.30																			
06.30 - 06.45																			
06.45 - 07.00																			

DINSDAG										DORDRECHT									
tijd	Diep					Ondiep					Instructiebad								
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
19.30 - 19.40	BM2+3		CJ1+2																
19.40 - 19.45						Da Sel			BM1	Da3									
19.45 - 20.00																			
20.00 - 20.15																			
20.15 - 20.30																			
20.30 - 20.45	H4-8																		
20.45 - 21.00																			
21.00 - 21.15						H Sel													
21.15 - 21.30																			
21.30 - 21.45																			
21.45 - 22.00																			
22.00 - 22.15																			
22.15 - 22.30																			

WOENSDAG										DORDRECHT									
tijd	Diep					Ondiep					Instructiebad								
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
18.00 - 18.15	BM2+3		EG1																
18.15 - 18.30																			
18.30 - 18.45											Donateurs								
18.45 - 19.00	EG2-4		F																
19.00 - 19.15						DG													
19.15 - 19.30										BM1									
19.30 - 19.45																			
19.45 - 20.00											Da Sel								
20.00 - 20.15																			
20.15 - 20.30																			
20.30 - 20.45																			
20.45 - 21.00																			
21.00 - 21.15						H3, 4, 7													
21.15 - 21.30																			
21.30 - 21.45																			
21.45 - 22.00																			

DONDERDAG										DORDRECHT									
tijd	Diep					Ondiep					Instructiebad								
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
18.00 - 18.15						CJ1+2													
18.15 - 18.30									BM1	BM2									
18.30 - 18.45																			
18.45 - 19.00																			
19.00 - 19.15																			
19.15 - 19.30																			
19.30 - 19.45						AJ1				BJ1									
19.45 - 20.00																			
20.00 - 20.15						H Sel													
20.15 - 20.30																			
20.30 - 20.45																			
20.45 - 21.00																			
21.00 - 21.15																			
21.15 - 21.30																			

VRIJDAG										DORDRECHT									
tijd	Diep					Ondiep					Instructiebad								
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
18.45 - 19.00																			
19.00 - 19.20																			
19.20 - 19.30						BM1													
19.30 - 19.45						DG													
19.45 - 20.00																			
20.00 - 20.10											Da Sel								
20.10 - 20.30												Da3		BJ1	Donateurs				
20.30 - 20.45																			
20.45 - 21.00																			
21.00 - 21.15																			
21.15 - 21.30																			
21.30 - 21.45																			
21.45 - 22.00																			
22.00 - 22.15																			
22.15 - 22.30																			
22.30 - 22.45																			