

alles

Datum	Type training	Baan Bootcamp	Basiscursus	Beter 5	Beter 10	<15	>15	Wandelen	XL SM
Donderdag 1 oktober	Bootcamp	Arnoud	—	—	—	—	—	—	
Vrijdag 2 oktober	Alleen baantraining	Roel	—	—	—	—	—	—	
Zondag 4 oktober	Duintraining	—	—	Wyb	Lan	Els	Menno	Aad /Amerik	
Woensdagochtend 7 oktober	Ochtendtraining	—	—	Wyb	—	—	—	—	
Woensdagavond 7 oktober	Wisselduur	—	—	Geert	Frans	Els (60/65) Martijn (55)	Peter (50) Ward (45/40)	Aad/Amerik	
Donderdagavond 8 oktober	Bootcvamp	Katja	—	—	—	—	—	—	
Vrijdag 9 oktober	Alleen baantraining	Katja	—	—	—	—	—	—	
Zondag 11 oktober	Duurloop + XL	—	—	Carola	Lan	Martijn	Colette + Menno (XL)	Aad/Amerik	zie forum
Woensdagochtend 14 oktober	Ochtendtraining	—	—	Wyb	—	—	—	—	
Woensdagavond 14 oktober	Wisselduur	—	—	Geert	Els	Loes (60/65) Piet (55)	Peter (50) Menno (45/40)	Aad/Amerik	
Donderdagavond 15 oktober	Bootcamp	Rob	—	—	—	—	—	—	
Vrijdag 16 oktober	Alleen baantraining	Roel	—	—	—	—	—	—	
Zondag 18 oktober	Duurloop + XS	—	—	Carola	Frans	Piet	Robert + André (XS)	Aad /Amerik	zie forum
Woensdagochtend 21 oktober	Ochtendtraining	—	—	Wyb	—	—	—	—	
Woensdagavond 21 oktober	Wisselduur	—	—	Geert	André	Loes (60/65) Peter (55)	Robert (50) Ward (45/40)	Aad/Amerik	
Donderdagavond 22 oktober	Bootcamp	Katja	—	—	—	—	—	—	
Vrijdag 23 oktober	Alleen baantraining	Katja	—	—	—	—	—	—	
Zondag 25 oktober	Duurloop + XL/XM	—	—	Carola	Colette	Piet	Robert + Els (XL/XM)	Amerik	zie forum
Woensdagochtend 28 oktober	Ochtendtraining	—	—	Wyb	—	—	—	—	
Woensdagavond 28 oktober	Wisselduur	—	Annemarieke Els Geert	André	Colette	Loes (60/65) Martijn (55)	Peter (50) Ward (45/40)	Amerik	
Donderdagavond 29 oktober	Bootcamp	Rob	—	—	—	—	—	—	
Vrijdag 30 oktober	Alleen baantraining	Roel	—	—	—	—	—	—	
Zondag 1 november	Duintraining	—	Geert Annemarieke	Wyb	Lan	Colette	Rob	Aad/Amerik	zie forum