

alles

Datum	Type training	Baan - Bootcamp	Basiscursus	Beter 5	Beter 10	<15	>15	Wandelen
Woensdagochtend 3 november	Wisselduur	—	—	Dana	—	—	—	—
Woensdagavond 3 november	Wisselduur	—	Thomas + Geert	Esther	André	Loes (60/65) Sylvie (55) Peter (50) Menno (45/40)	—	Aad
Donderdag 4 november	Bootcamp	Katja	—	—	—	—	—	—
Vrijdag 5 november	Baantraining	GEEN TRAINING	—	—	—	—	—	—
Zondag 7 november	Duintraining	—	Annemarieke + José	GEEN TRAININGEN (WANDELGROEP EN BASISCURSUS TRAINEN WEL)				Ronald
Woensdagochtend 10 november	Wisselduur	—	—	Esther	—	—	—	—
Woensdagavond 10 november	Wisselduur	—	Geert + Annemarieke	Dana	André	Loes (60/65) Sylvie (55) Shaogang (50) Rob (45/40)	—	Amerik
Donderdag 11 november	Bootcamp	Rob	—	—	—	—	—	—
Vrijdag 12 november	Baantraining	Katja	—	—	—	—	—	—
Zondag 14 november	Duurloop + XL	—	José + Esther	Dana	Lan	Geert	Martijn + Menno (XL)_	Aad
Woensdagochtend 17 november	Wisselduur	—	—	Peter	—	—	—	—
Woensdagavond 17 november	Wisselduur	—	Thomas + Geert	Esther	Colette	Loes (60/65) Sylvie (55) Martijn (50) Menno (45/40)	—	Ronald
Donderdagavond 18 november	Bootcamp	Arnoud	—	—	—	—	—	—
Vrijdag 19 november	Baantraining	Colette	—	—	—	—	—	—
Zondag 21 november	Duurloop +XL/M	—	José + Thomas	Frans	André	Martijn	Shaogang + Els (XS)	Amerik
Woensdagochtend 24 november	Wisselduur	—	—	Peter	—	—	—	—
Woensdagavond 24 november	Wisselduur	—	Geert + Dana	Els	Loes	Shaogang (60/65) Sylvie (55) Ward (50) Menno	—	Aad
Donderdagavond 25 november	Bootcamp	Katja	—	—	—	—	—	—
Vrijdag 26 november	Baantraining	Roel	—	—	—	—	—	—
Zondag 28 november	Duurloop+XL/M/S	—	Annemarieke + José	Frans	André	Colette	Rob + Els (XI/XM)	Ronald