

Datum	Type training	Baan - Bootcamp	Beter 5	Beter 10	<15	>15	Wandelen
Vrijdag 1 juli	Baantraining	Colette	—	—	—	—	—
Zondag 3 juli	Duintraining	—	Els	Lan	Martijn	Colette	Ronald
Woensdag 6 juli	Wisselduur	—	Dana	Loes	Peter (60/65) Shaogang (55) Menno (50 + 45/40)		Aad
Donderdag 7 juli	Bootcamp	Arnoud	—	—	—	—	—
Vrijdag 8 juli	Baantraining	Roel	—	—	—	—	—
Zondag 10 juli	Duurloop + XM/XL	—	José	Lan B 10 + (< 15 + > 15) Colette (XM/XL)			Amerik
Woensdag 13 juli	Wisselduur	—	Dana	Geert	Robert (60/65) Peter (55) Menno (50 + 45/40)		Ronald
Donderdag 14 juli	Bootcamp	Geen training	—	—	—	—	—
Vrijdag 15 juli	Baantraining	Geen training	—	—	—	—	—
Zondag 17 juli	Duurloop + XS	—	Regina	Martijn	Rob (< 15 en > 15) Geert (XS)		Aad
Woensdag 20 juli	Wisselduur	—	Thomas	Loes	Colette (60/65) Peter (55) Rob (50 + 45/40)		Ronald
Donderdag 21 juli	Bootcamp	Geen training	—	—	—	—	—
Vrijdag 22 juli	Baantraining	Geen training	—	—	—	—	—
Zondag 24 juli	Duurloop + XM/XL	—	José	Martijn	Els (< 15 en > 15) Menno (XM/XL)		Aad
Woensdag 27 juli	Wisselduur	—	Thomas	Loes	Shaogang (60/65) Robert (55) Rob (50 + 45/40)		Amerik
Donderdag 28 juli	Bootcamp	Geen training	—	—	—	—	—
Vrijdag 29 juli	Baantraining	Geen training	—	—	—	—	—
Zondag 31 juli	Duurloop + XS/XM/XL	—	Regina	Thomas	Robert (< 15 en > 15) Els (XS/XM/XL)		Amerik