

Datum	Type training	Baan - Bootcamp	Basiscursus	Beter 5	Beter 10	<15 + > 15	XS-XM-XL	Wandelen
Vrijdag 2 dec.	Baan + Bootcamp	Katja	—	—	—	—	—	—
Zondag 4 dec.	Duintraining + (B10 + LL)	—	José + Wyb	Regina	Lan + Liesbeth (LL)	Els (< 15) Eric + Colette (> 15)		Aad
Woensdag 7 dec.	Wisselduur	—	Wyb + Annemarieke	Dana	André	Loes (60/65) Sylvie (55) Shaogang (50) Jolanda (45/40)		Amerik
Vrijdag 9 dec.	Baan + Bootcamp	Colette	—	—	—	—	—	—
Zondag 11 dec.	Duurloop + XM/XL	—	Thomas + José	Regina	Lan	Robert (< 15 + > 15) Bianca + Menno (XM/XL)		Aad
Woensdag 14 dec.	Wisselduur	—	Annemarieke + Thomas	Bart + Els	Coen + Martijn	Géralda + Loes (60/65) Shaogang (55) Arnoud + Rob (50) Sebastiaan (45/40)		Ronald
Vrijdag 16 dec.	Baan + Bootcamp	Katja	—	—	—	—	—	—
Zondag 18 dec.	Duurloop + (XS + LL)	—	Esther + Geert	Regina + Bart	André	Eric + Sylvie (< 15 + > 15) + Bianca + Els (XS) + Liesbeth (LL)		Amerik
Woensdag 21 dec.	Wisselduur	—	Wyb + Geert	Dana	André	Loes (60/65) Coen + Robert (55) Giedrius + Shaogang (50) Menno (45/40)		Ronald
Vrijdag 23 dec.	Baan + Bootcamp	Roel	—	—	—	—	—	—
Zondag 25 dec.	1e Kerstdag: geen trainingen							
Woensdag 28 dec.	Wisselduur	—	Annemarieke + Thomas	Esther		Martijn (60/65) Colette (55) Menno (50) + Arnoud + Rob (45/40)		Aad
Vrijdag 30 dec.	Baan + Bootcamp	Katja	—	—	—	—		