

alles

Datum	Type training	Baan - Bootcamp	Basiscursus	Beter 5	Beter 10	<15 + > 15	XS-XM-XL	Wandelen
Woensdag 1 nov.	Wisselduur	—	Geert + Geralda	Esther	Katja	Martijn (60/65) Giedrius (55) Sylvie (50) Eric (45/40)		Ronald
Vrijdag 3 nov.	Baan + Bootcamp	Katja	—	—	—	—	—	—
Zondag 5 nov.	Duintraining	—	Geert + Bart	Regina	Lan	Bianca (< 15 km) + (> 15 km)	—	Amerik
Woensdag 8 nov.	Wisselduur	—	Bart + Coen	Dana	Colette	Martijn (60/65) Robert (55) Shaogang (50) Sebastiaan(45/40)		Geralda
Vrijdag 10 nov.	Baan + Bootcamp	Katja	—	—	—	—	—	—
Zondag 12 nov.	Duurloop + XM/XL	—	Thomas + Geert	Regina	Marjan	Robert (< 15 km) + (> 15 km)	Bianca + Menno	Ronald
Woensdag 15 nov.	Wisselduur	—	Geralda + Geert	Dana	Katja	Els (60/65) Giedrius (55) Sylvie (50) Eric (45/40)		Amerik
Vrijdag 17 nov.	Baan + Bootcamp	Colette	—	—	—	—	—	—
Zondag 19 nov.	Duurloop + XS	—	Coen + Thomas	Regina	Lan	Robert (< 15 km) + (> 15 km)	Menno (XS)	Ronald
Woensdag 22 nov.	Wisselduur	—	Coen+ Thomas	Wyb	Els	Menno (60/65) Martijn (55) Shaogang (50) Eric (45/40)		Amerik
Vrijdag 24 nov.	Baan + Bootcamp	Roel	—	—	—	—	—	—
Zondag 26 nov.	Duurloop + XM/XL	—	Bart + Thomas	Wyb	Marjan	Martijn (< 15 km) + (> 15 km)	Colette + Bianca	Ronald
Woensdag 29 nov.	Wisselduur	—	Coen + Geralda	Esther	Els	Giedrius (60/65) Shaogang (55) Sylvie (50) Jolanda (45/40)		Amerik