

Trainingsrooster april 2024

Datum	Type training	Baan - Bootcamp	Beter 5	Beter 10	<15 + > 15	XS-XM-XL	Wandelen
Woensdag 3 apr	Wisselduur	—	Bart	Esther	Peter (60/65) Menno (55 + 50) Eric (45/40)		Ronald
Vrijdag 5 apr	Baan + Bootcamp	Katja	—	—	—	—	—
Zondag 7 apr	Duintraining	—	Regina	Lan	Els (< 15 km) + (> 15 km)	—	Ronald
Woensdag 10 apr	Wisselduur	—	Geralda + Coen	Dana	Peter (60/65) Martijn (55) Giedrius (50) Arnoud (45/40)		Amerik
Vrijdag 12 apr	Baan + Bootcamp	Geen training ivm Singelloop	—	—	—	—	—
Zondag 14 apr	Duurloop + XM/XL	—	Regina + Bart	Marjan	Martijn (< 15 km) + (> 15 km)	Bianca + Els (XS + XM + XL)	José
Woensdag 17 apr	Wisselduur	—	Thomas + Geralda	Esther	Els (60/65) Shaogang (55) Eric (50) Sebastiaan (45/40)		Amerik
Vrijdag 19 apr	Baan + Bootcamp	Geen training i.v.m. Loopweekend	—	—	—	—	—
Zondag 21 apr	Duurloop + XS + XM/XL	—	Regina + Thomas	Lan	Martijn (< 15 km) + (> 15 km)	Geen training	Amerik
Woensdag 24 apr	Wisselduur	—	Coen + Bart	Dana	Peter (60/65) Giedrius (55) Shaogang (50) Menno (45/40)		Ronald
Vrijdag 26 apr	Baan + Bootcamp	Roel	—	—	—	—	—
Zondag 28 apr	Duurloop + XM/XL	—	Wyb + Thomas	Dana	Jaap (< 15 km) Els (> 15 km)	Menno (XM + XL)	Ronald