

Trainingsrooster augustus 2024

Datum	Type training	Baan - Bootcamp	Beter 5	Beter 10	<15 + > 15	XS-XM-XL	Wandelen
Vrijdag 2 aug.	Baan + Bootcamp	Geen training	—	—	—	—	—
Zondag 4 aug.	Duurloop + XM/XL	—	Thomas	Marjan	Martijn (< 15 km) + (> 15 km)	Els + Bianca	Ronald
Woensdag 7 aug.	Wisselduur	—	Thomas	Coen	Shaogang (60/65) Robert (55) Eric (50 + 45/40)		Wyb
Vrijdag 9 aug.	Baan + Bootcamp	Geen training	—	—	—	—	—
Zondag 11 aug.	Duurloop + XM/XL	—	Bart	Marjan	Robert (< 15 km) + (> 15 km)	Menno + Els (XM + XL)	Amerik
Woensdag 14 aug.	Wisselduur	—	Bart	Colette	Giedrius (60/65) Shaogang (55) Menno (50) Eric (45/40)		Ronald
Vrijdag 16 aug.	Baan + Bootcamp	Geen training	—	—	—	—	—
Zondag 18 aug.	Duurloop + XS/XM/XL	—	Thomas	Coen	Martijn (< 15 km) + (> 15 km)	Colette + Bianca (XS)	Wyb
Woensdag 21 aug.	Wisselduur	—	Peter	Esther	Colette (60/65) Giedrius (55) Shaogang (50) Sebastiaan (45/40)		Amerik
Vrijdag 23 aug.	Baan + Bootcamp	Geen training	—	—	—	—	—
Zondag 25 aug.	Duurloop + XM/XL	—	Bart	Martijn	Geert (< 15 km) + (> 15 km)	Bianca + Els (XM + XL)	Aad
Woensdag 28 aug.	Wisselduur	—	Dana	Esther	Peter (60/65) Giedrius (55) Robert (50) Sebastiaan (45/40)		Liesbeth
Vrijdag 30 aug.	Baan + Bootcamp	Katja	—	—	—	—	—