

Trainingsrooster mei 2026

Datum	Type training	Baan - Bootcamp	Beter 5	Beter 10	<15 + > 15	XS-XM-XL	Wandelen
Vrijdag 1 mei	Baan + Bootcamp/wandelen	GEEN TRAINING	—	—	—	—	Ronald
Zondag 3 mei	Duintraining	—	Geert	Lan	Bianca (< 15 km) Shaogang (> 15 km)	—	Ronald
Woensdag 6 mei	Wisselduur	—	Bart	Els	Martijn (60/65) Sylvie (55) Giedrius (50-)	—	Liesbeth
Vrijdag 8 mei	Baan + Bootcamp/wandelen	Katja	—	—	—	—	Aad
Zaterdag 9 mei	XM + XL	—	—	—	—	Wouter + Bianca	—
Zondag 10 mei	Duurloop + XM/XL	GEEN TRAININGEN I.V.M. LEIDEN MARATHON					
Woensdag 13 mei	Wisselduur	—	Bart	Martijn	Bram (60/65) Giedrius (55) Arnoud (50-)	—	JoséevanN
Vrijdag 15 mei	Baan + Bootcamp/wandelen	Coen	—	—	—	—	Amerik
Zondag 17 mei	Duurloop + XS/XM/XL	—	Regina	Marjan	Geert (< 15) Bram (>15 km)	Bianca + Els	Aad
Woensdag 20 mei	Wisselduur	—	Esther	Peter	Martin (60/65) Coen (55) Wouter (50-)	—	Amerik
Vrijdag 22 mei	Baan + Bootcamp/wandelen	Katja	—	—	—	—	Ronald
Zaterdag 23 mei	XM + XL	—	—	—	—	Els	—
Zondag 24 mei	Duurloop + XM/XL	GEEN TRAININGEN I.V.M. PINKSTEREN					
Woensdag 27 mei	Wisselduur	—	Annette	Peter	Sylvie (60/65) Shaogang (55) Arnoud (50-)	—	Ronald
Vrijdag 29 mei	Baan + Bootcamp/wandelen	Roel	—	—	—	—	Aad
Zondag 31 mei	Duurloop + XS/XM/XL	—	Regina	Lan	Martijn (< 15 km) Coen (> 15 km)	Els + Geralda + Wouter	Ronald