

OVERZICHT TRAININGSTIJDEN SEIZOEN 2025-2026



Trim & Recreatie		dinsdag (5 bn)	woensdag (zorg)	donderdag (3 bn)	
1x week		19.15-20.00		20.00-20.45	
2x week		19.15-20.00		20.00-20.45	
medisch zwemmen			18.15-19.00		

Triatlon	maandag (4 bn)			donderdag (4 bn)		zaterdag (6 bn)
1x week	21.00-22.00			20.45-21.30		08.00-09.00
3x week	21.00-22.00			20.45-21.30		08.00-09.00

Waterpolo	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag
F minipolo					18.45-19.45 (Zelhem)	
Onder 12 jaar			18.00-19.00	17.45-18.45		09.00-09.45 Zw
Onder 14 jaar			18.00-19.00	17.45-18.45		09.00-09.45 Zw
Onder 16 jaar				18.45-20.00	20.00-20.45	09.00-09.45 Zw
Onder 18 jaar				18.45-20.00	20.00-20.45	
Dames		20.00-21.30			18.45-20.00	
Heren			20.30-22.00		22.00-22.45 (H3,H4)	
Heren selectie			20.30-22.00		20.45-22.00	
Keepers (2 banen)	18.45 - 19.30					

Zwemmen	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag
Sterteam		19.15-20.00				09.00-10.30
Groen	17.45-19.30	17.45-19.15		07.00-08.00	17.45-18.45	
Blauw	17.45-19.30	17.45-19.15		07.00-08.00	17.45-18.45	
Paars	18.30-19.30	17.45-19.15		07.00-08.00	17.45-18.45	
Rood	17.45-18.45	18.15-19.15			17.45-18.45	
Oranje	17.45-18.45	18.15-19.15			17.45-18.45	
Geel	17.45-18.30	18.30-19.15			17.45-18.45	
Wit	17.45-18.30	17.45-18.30				09.00-09.45
Dolfijn		17.45-18.15				09.00-09.45
WP + Zwemmen						09.00-09.45
Landtraining			18.15-19.15 uur			
Masters	21.00-22.00			20.45-21.30		