



Trainingstijden 2017-2018

Maandag

18.10 uur – 19.10 uur:	Waterpolo	BM + CJ + DG + EG
19.10 uur – 20.00 uur:	Waterpolo	Dames 1 + Dames 2
20.00 uur – 20.45 uur:	Zwemmen	Trim- en masterzwemmen
20.45 uur – 21.35 uur:	Waterpolo	Heren 3 + Heren 4 + waterpolo recreanten
21.35 uur – 22.30 uur:	Waterpolo	Heren 1 + Heren 2 + BJ op uitnodiging

Dinsdag

18.10 uur – 18.50 uur:	Zwemmen	Groep 2
18.50 uur – 19.40 uur:	Zwemmen	Groep 1

Woensdag

17.30 uur – 18.10 uur:	Zwemmen	Groep 3
18.10 uur – 18.45 uur:	Zwemmen	Groep 1 (op uitnodiging) + Groep 2 (op uitnodiging)
18.45 uur – 19.30 uur:	Zwemmen	Groep 1 (op uitnodiging)
	Waterpolo	Senioren zwemtraining

Donderdag

18.10 uur – 18.50 uur:	Zwemmen	Groep 2
18.50 uur – 19.40 uur:	Waterpolo	Even weken: Dames 3 + BJ (zie laatste pagina) Oneven weken: Dames 3 + Heren 1 (zie laatste pag.)
22.00 uur – 23.00 uur:	Waterpolo	Even weken: Heren 1 + Dames 1 (zie laatste pag.)

Vrijdag

18.10 uur – 18.50 uur:	Zwemmen	Groep 3
18.50 uur – 19.40 uur:	Zwemmen	Groep 1 + Masters

Zaterdag

09.00 uur - 09.45 uur:	Waterpolo	Mini's vanaf 6 jaar + EG
09.45 uur - 10.30 uur:	Waterpolo	BM + DG
10.30 uur - 11.15 uur:	Waterpolo	CJ + BJ

Aanpassingen

- * Tijdens de voorjaarsvakantie wordt er **geen** les/training gegeven op:
 - Zaterdag 24 februari alle trainingen vervallen
 - Dinsdag 27 februari 18.10 – 18.50 groep 2 mag zwemmen bij groep 1
 - Woensdag 28 februari 17.30 – 18.45
 - Donderdag 1 maart 18.10 – 18.50 groep 2 mag zwemmen bij groep 1 op vrijdag
Heren 1 geen training, **wel BJ** om 18.50
 - Vrijdag 2 maart 18.10 – 18.50
 - Zaterdag 3 maart alle trainingen vervallen

- * Tijdens het Paasweekend wordt er **geen** les/training gegeven op:
 - Vrijdag 30 maart 18.10 – 18.50
 - Zaterdag 31 maart 10.30 – 11.15 er komt een aangepast rooster
 - Maandag 2 april alle trainingen vervallen

- * Tijdens de meivakantie en hemelvaart wordt er **geen** les/training gegeven op:
 - Vrijdag 27 april alle trainingen vervallen
 - Zaterdag 28 april alle trainingen vervallen
 - Dinsdag 1 mei 18.10 – 18.50 groep 2 mag zwemmen bij groep 1
 - Woensdag 2 mei 17.30 – 18.45
 - Donderdag 3 mei 18.10 – **19.40** groep 2 mag zwemmen bij groep 1 op vrijdag
Dames 3 mag meetrainen bij de dames op maandag
 - Vrijdag 4 mei 18.10 – 18.50
 - Zaterdag 5 mei alle trainingen vervallen
 - Dinsdag 8 mei 18.10 – 18.50 groep 2 mag zwemmen bij groep 1
 - Woensdag 9 mei 17.30 – 18.45
 - Donderdag 10 mei alle trainingen vervallen
Dames 3 mag meetrainen bij de dames op maandag
 - Vrijdag 11 mei alle trainingen vervallen
 - Zaterdag 12 mei alle trainingen vervallen

- * **Per maandag 14 mei tot 1 juli**
 - **Maandag**

18.10 uur – 19.10 uur:	Waterpolo	BM + CJ + DG + EG + BJ op uitnodiging
19.10 uur – 20.00 uur:	Waterpolo	Dames 1 + Dames 2 + Dames 3
20.00 uur – 20.45 uur:	Zwemmen	Trim- en masterzwemmen
20.45 uur – 21.35 uur:	Waterpolo	Heren 3 + Heren 4 + BJ op uitnodiging

 - **Donderdag**

18.10 uur – 18.50 uur:	Zwemmen	Groep 2
18.50 uur – 19.40 uur:	Waterpolo	Heren 1 + Heren 2 + BJ op uitnodiging

- * Op maandag 21 mei vervallen alle trainingen in verband met tweede Pinksterdag.
- * Op zondag 22 april zijn de laatste waterpolocompetitie wedstrijden.
- * Op woensdag 30 mei is de laatste woensdag training van 18.45 – 19.30. Hierna **vervalt** deze.
- * **Op zaterdag 30 juni worden de laatste waterpolotrainingen gehouden**
- * Op vrijdag 6 juli worden de laatste zwemtrainingen gehouden.
- * Op maandag 9 juli start het zomerschema.

Zwemtechnische Commissie

ztc@zvsassenheim.nl

Margriet Verdegaal (0252-410404)

Angela Jonkman (0252-347926)

Waterpolo Commissie

waterpolo@zvsassenheim.nl

Jeannette van Noort

Yvonne van Nobelen (0252-231203)