



# ZV SASSENHEIM

## Trainingstijden vanaf 19 oktober

### Maandag

- 18.30 uur – 19.15 uur: Waterpolo EG + DG1 + DG2 + CJ  
19.30 uur – 20.15 uur: Zwemmen Trimmers  
20.30 uur – 21.30 uur: Zwemmen Dames WP **18 jaar en ouder**  
21.45 uur – 22.30 uur: Zwemmen Heren 3 & 4 (**18 jaar en ouder**) + Masters en **18+** zwem

### Dinsdag

- 18.30 uur – 19.45 uur: Zwemmen Junioren B + Jeugd + Senioren 17 jaar en jonger

### Woensdag

- 17.45 uur – 18.45 uur: Combi Watervaardigheidsgroep  
18.45 uur – 19.45 uur: Zwemmen Minioren + Junioren A  
21:00 uur - 22:30 uur: Zwemmen Heren 1 & 2 **18 jaar en ouder** (Noordwijk)

### Donderdag

- 18.30 uur – 19.45 uur: Waterpolo AJ en spelers Dames en Heren teams van **17 jaar en jonger**

### Vrijdag

- 18.00 uur – 18.50 uur: Zwemmen Minioren + Junioren A  
18.50 uur – 19.45 uur: Zwemmen Junioren B + Jeugd + Senioren **17 jaar en jonger**  
19:00 uur - 19:45 uur: Zwemmen Waterpolo **18 jaar en ouder** (Noordwijk)  
20:00 uur- 21.00 uur Zwemmen Zwemmen **18 jaar en ouder** + Masters (Noordwijk)

### Zaterdag

- 08.45 uur - 09.35 uur: Combi Watervaardigheidsgroep + EG  
09.35 uur - 10.25 uur: Waterpolo DG1 + DG2  
10.25 uur - 11.15 uur: Waterpolo CJ + AJ