

Inplanning Trainingswater MZV-A 2016-2017

MAANDAG

Merksem	Instructiebad	Baan 1	Baan 2	Baan 3	Baan 4	Baan 5	Baan 6	
18h00-18h45	ZS Pinguins	ZS Bevers	ZS Bevers	Pré-C	ZVM			
18h45-19h30	ZS Otters	ZS Dolfijnen	ZS Dolfijnen					
19h30-20h00		C1	C2	C3	C3	RC2	RC1	
20h00-20h45								
20h45-21h00		WP Seniors					C3	C3
21h00-21h30							C3	C3
21h00-21h45								
21h45-22h30								

DINSDAG

Ekeren	Instructiebad	Baan 1	Baan 2	Baan 3	Baan 4	Baan 5	Baan 6
18h30-19h30		WP Kadetten-Miniemen + WP Benjamins					
19h30-20h15		C2	C3	C3	waterpolo	RC2	RC1
20h15-21h00					Masters		Ouders

WOENSDAG

Merksem	Instructiebad	Baan 1	Baan 2	Baan 3	Baan 4	Baan 5	Baan 6
17h00-18h00							
18h00-18h45	ZS Eendjes	ZS Bevers	ZS Bevers	ZS Zeehonden	Masters	C1	PréC
18h45-19h30	ZS Otters	ZS Dolfijnen	ZS Orka's	ZS Haaien			
19h30-20h15		ZVM					
20h15-21h00		WP Seniors					
21h00-21h45							
21h45-22h30							

Wezenberg (topsportbad)	Baan 1	Baan 2
17h00-19h00	C3	C3
19h00-21h00	C2	

DONDERDAG

Ekeren	Instructiebad	Baan 1	Baan 2	Baan 3	Baan 4	Baan 5	Baan 6
18h30-19h00		C3	C3	ZIK			
19h00-20h00							
20h00-21h00		WP Open training					

Wezenberg (topsportbad)	Baan 1
19h00-20h30	C1

VRIJDAG

Merksem	Instructiebad	Baan 1	Baan 2	Baan 3	Baan 4	Baan 5	Baan 6
18h00-18h45		ZVM					
18h45-19h30							
19h30-20h30	ZS Kikkers	ZS Zeehonden	ZS Orkas	ZS Haaien	C2	C3	C3
20h30-21h30		Masters	Ouders	RC2			

ZATERDAG

Merksem	Instructiebad	Baan 1	Baan 2	Baan 3	Baan 4	Baan 5	Baan 6
08h30-09h30		WP Ikjes-Eendjes JESPO				Publiek	

Ekeren	Instructiebad	Baan 1	Baan 2	Baan 3	Baan 4	Baan 5	Baan 6
11h00-12h00		Waterpolo	RC1/RC2	RC2	Masters		Ouders
12h00-13h00		WP Ikjes-Eendjes JESPO + WP benjamins					

Wezenberg	Instructiebad	Baan 1	Baan 2	Baan 3	Baan 4	Baan 5	
15h45-16h15		Droogtraining alle groepen die om 16h15 trainen aan het bad					
16h15-18h00		PréC	C1	C2	C3	C3/RC+	