



Maandag

18.00 – 19.00	Crommenije	WP EG / DG
19.00 – 19.30	Crommenije	Keeperstraining EG/DG jeugd
19.00 – 20.00	Crommenije	Keeperstraining C/B jeugd
19.00 – 20.30	Crommenije	WP CJ1 / CJ2 / CM / CG
19.00 – 20.00	Leeghwaterbad	BJ2 <i>(bij WZ&PC)</i>
20.30 – 22.30	Crommenije	WP herenselectie
21.15 – 22.15	Zaangolf	WP dames, heren regionaal (3 banen), Recreanten/Masters (3 banen) Gezamenlijk zwemuur

Dinsdag

18.00 – 19.00	Crommenije	Instroom, jeugd recreanten (4 banen)
18.00 – 20.00	Crommenije	Wedstrijdzwemmen (4 banen)
19.00 – 20.00	Crommenije	Recreanten en Masters (4 banen)
21.00 – 22.30	Crommenije	WP damesselectie

Woensdag

19.00 – 20.00	Crommenije	WP EG / DG / C en B jeugd (zwemuur)
19.00 – 20.00	Crommenije	Alleen even weken: WP damesselectie (zwemuur)
19.00 – 20.00	Leeghwaterbad	CG1 / BJ2 <i>(bij WZ&PC)</i>
19.00 – 20.00	De Slag	BCM <i>(bij de Zaan)</i>
20.30 – 22.00	Noorderparkbad	Alleen even weken: WP herenselectie Alleen oneven weken: WP damesselectie
21.00 – 22.00	Crommenije	WP BJ1 / BM1 / Regio

Donderdag

18.00 – 18.45	Crommenije	Instroom, jeugd recreanten (4 banen)
18.00 – 18.45	Crommenije	Wedstrijdzwemmen (4 banen)
18.45 – 19.30	Crommenije	Wedstrijdzwemmen (5 banen)
18.45 – 19.30	Crommenije	WP dames, heren regionaal en BJ2 (3 banen)
19.30 – 20.00	Crommenije	WP dames, heren regionaal en BJ2 (heel bad)
20.00 – 22.00	Noorderparkbad	WP damesselectie
21.00 – 22.30	Crommenije	WP herenselectie

Trainingsschema 1 Januari t/m 31 mei 2024



Vrijdag

18.00 – 19.00	Crommenije	WP BCM (30 min.heel bad, 30 min.half bad)
18.00 – 19.00	De Slag	CM (<i>Bij ZV de Zaan</i>)
18.15 – 19.45	Crommenije doelgroepenbad	WZ techniek training (op uitnodiging)
18.30 – 20.00	Crommenije	WP CJ1 / CJ2
19.00 – 20.00	Crommenije	Alleen even weken: WP BJ1 Alleen oneven weken: WP BM1
20.00 – 22.00	Crommenije	Alleen even weken: WP dameselectie + BM1 Alleen oneven weken: WP hereselectie + BJ1

Zaterdag

8.00 – 9.00	Crommenije	WP EG en DG
9.00 – 10.00	Crommenije	Wedstrijdzwemmen en recreanten/masters

Zondag

8.30 – 10.00	Crommenije doelgroepenbad / Gymzaal	Minipolo, FG
--------------	---	--------------