

Trainingsprogramma KFC

Seizoen 2011 - 2012

Kunstgras A

Vanaf 29 augustus 2011

Dag	Groep	kl K	Van	Tot		Groep	kl k	Van	Tot
Maandag			16.00	17.00				16.00	17.00
	Keepers		18.00	19.00		D5 + D6 + D7		17.00	18.00
	Keepers		18.00	19.00		B1		18.00	19.15
	Keepers / Looptrainer		19.00	20.15		D7		19.15	20.15
	A-sel		20.15	21.30		A-sel		20.15	21.30
Dag	Groep		Van	Tot		Groep		Van	Tot
Dinsdag			17.00	17.30				16.00	17.00
	Keepers		17.30	18.30				17.00	17.45
	Keepers		18.30	19.30		C1 + C2		17.45	19.00
	Keepers Selectie A (1 + 2)		19.30	20.00		Za A1		19.00	20.15
	Senioren Selectie A (1 + 2)		20.15	21.30		Senioren Selectie A (1 + 2)		20.15	21.30
Dag	Groep		Van	Tot		Groep		Van	Tot
Woensdag	D5 + D6 + D7		16.45	17.45		D5 + D6 + D7		16.45	17.45
	D1 + D2		17.45	19.00		D1 + D2		17.45	19.00
Ruimte voor inhaal en oefenwedstrijden (v.a. 19.00 uur)									
Dag	Groep		Van	Tot		Groep		Van	Tot
Donderdag	F1 + F2		16.00	17.00		F1 + F2		16.00	17.00
	D-TOP + E-TOP		17.00	18.15		D-TOP + E-TOP		17.00	18.15
	B1 + B2		18.15	19.30		B1 + B2		18.15	19.30
			19.30	20.00				19.30	20.00
	Senioren Selectie A (1 + 2)		20.00	21.30		Senioren Selectie A (1 + 2)		20.00	21.30
Dag	Groep		Van	Tot		Groep		Van	Tot
Vrijdag			17.00	17.45				17.00	17.45
	C1		17.45	19.00		D1		17.45	19.00
	C3 /C4		19.00	20.00		DA1		19.00	20.00
	Trainers, begeleiders		20.00	21.30					

Trainingsprogramma KFC

Seizoen 2011 - 2012

Kunstgras B

Vanaf 29 augustus 2011

Dag	Groep	Van	Tot	Groep	Van	Tot
Maandag	ME1	16.00	17.00		16.00	17.00
	MD2	17.00	18.00	D3 + D4	17.00	18.00
	MC1	18.00	19.00	D1 + D2	18.00	19.15
	C6 + ZO C1	19.00	20.00	D8 + D9	19.15	20.15
	C5 + ZO C2	20.00	21.30		20.15	21.30
Dag	Groep	Van	Tot	Groep	Van	Tot
Dinsdag	F1 + F2	16.00	17.00	F1 + F2	16.00	17.00
	D-TOP + E-TOP	17.00	18.15	D-TOP + E-TOP	17.00	18.15
	ZO B1 + ZO B4	18.15	19.15	B1 + B2	18.15	19.30
	ZO B3 + ZO B2	19.15	20.15	C3 + C4	19.30	20.30
	Senioren Selectie B (3 + 4)	20.30	21.30	Senioren Selectie B (3 + 4)	20.30	21.30
Dag	Groep	Van	Tot	Groep	Van	Tot
Woensdag	ME1	16.00	17.00		16.00	17.00
	MC2 + MD2	17.00	18.00	D3 + D4	17.00	18.00
	MD1 + MB1 + MC1	18.00	19.00	C5 + C6	18.00	19.00
	MA1 + DA1	19.00	20.45	Zo A1	19.00	20.00
	ZA 1	20.45	22.00	Senioren 5	20.00	21.30
Dag	Groep	Van	Tot	Groep	Van	Tot
Donderdag		17.00	18.00		17.00	18.00
	C1 + C2	18.00	19.15	C1 + C2	18.00	19.15
	ZO C1+ZO C2	19.15	20.15	Za A2	19.15	20.30
	Za A1	20.15	21.30	Senioren Selectie B (3)	20.30	21.45
Dag	Groep	Van	Tot	Groep	Van	Tot
Vrijdag	M	16.00	17.00		16.00	17.00
	MC2	17.00	18.00		17.00	18.30
	MD1 + MB1	18.00	19.00	ZO B3 + ZO B4	18.30	19.30
	MA1 + DA1	19.00	20.30	ZO B1 + ZO B2	19.30	20.30
	Senioren 6 + 7	20.30	21.30	Senioren 8 + 9	20.30	21.30

