**Trainingsplan zomer 2023**

Trainingsperiode van 1 april tm eind mei!

**Baanrenovatie.**

Komend jaar gaat het atletiekcomplex op de schop, voor geïnteresseerden: in de kantine hangt de ontwerptekening zoals het eruit komt te zien.

Het ligt in de bedoeling dat renovatie 1 juni start en medio september is afgerond.

In deze periode komt er een aangepast trainingsschema, dat zal tegen die tijd worden bekend gemaakt.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **groep** | **ma** | **di** | **wo** | **do** | **vr** | **za** | **zo** |
| **A, B junioren**  **senioren** | Groep 1  17.30-18.30  Groep 2  18.30-19.30 Wigert | Baan  19.00 -21.00  Wigert, Bart | Baan  Pols  18.00-19.00 Bart  Sprint horde  19.15-20.45  Wigert |  | Baan  19.00 -21.00  Wigert, Bart |  |  |
| **Mila** |  | Baan  19.00- 20.30  Koos |  |  | Baan  19.00- 20.30  Koos |  |  |

B junioren zijn geboren in 2006 2007

A junioren zijn geboren in 2004 2005

Senioren zijn geboren in 2003 of eerder