



18.30 uur:	Meisjes 1998+1997 wedstrijdgroep * groep 2. * groep 3. * Jongens 1999 Jongens 1998+1997	Erwin Bökenkamp +ass. Jesse Tini Zwarthoed Rob Koning Marianne Smits Joyce + ass. Th. Kwakman
19.30 uur:	Meisjes C junioren Jongens C junioren Meiden B junioren en ouder Werp ploeg	Thomas de Lange Thomas Kok Cees Beets Stef Baart
20.00 uur:	Trimploeg	Theo Buijten.

\* groepsindeling op infobord

#### **Donderdag:**

09.00 uur:	Loopgroep	Margreeth/Tini
18.00 uur:	Loopgroep	Wim Edam
18.00 uur:	Looptraining	Thomas de Lange
18.45 uur:	Looptraining selectie	Cees/Rene
19.30 uur:	Loopgroep	Rick/Peter

#### **Vrijdag:**

18.45 uur:	Polstoktraining bij Nea Volharding	Cees Beets
19.00 uur:	G-team	
19.30 uur:	Krachttraining	Manfred Mooyer

#### **Zaterdag:**

10.00 uur:	Competitietraining junioren D en C Meisjes D 1e en 2e jaars Meisjes C 1e en 2e jaars Jongens D en C	Erwin Bökenkamp Thomas de Lange Martijn Baart Rob Koning
------------	--	---