



Zomertraining AV Edam maart 2015-november 2015

Maandag

17.30-18.30	Jongens + Meisjes 6 jaar (vanaf 1 juni)	Saskia Jonk
	Meisjes '07+'08 (vanaf 7 jaar)	Timo Kwakman
	Jongens '06 + '07 + '08 (vanaf 7 jaar)	Gerda Kwakman
	Meisjes '05	Eugenie Buhrs
	Meisjes '06	Jan Koning
	Jongens'05	Nick Bouman/ Marielle Oor
18.30-19.30	Meisjes '04	Niels Kwakman
	Jongens '04	Niels Kwakman
	Meisjes '03	Saskia Jonk
	Jongens '03 +'02	Ricardo Aberkrom
	Meisjes '00+'01+'02	Thomas Kwakman
19.00-20.45	Selectie polsstokhoogspringen	Cees Beets
19.30-20.30	Jongens '00 +'01 Jongens en meisjes 1999 en ouder	Thomas Kok
19.30-21.00	Krachttraining	Nick Jonk/Thomas Kwakman/Jan Tuijp
19.30-20.45	Conditietraining werpploeg	Wim Roos
19.30-20.30	Looptraining volwassenen	Tini Zwarthoed/Margreeth Werkhoven/Sandra Butter

Dinsdag

18.00-19.00	Looptraining voor volwassenen	Wim Edam
18.30-19.30	Looptraining jeugd 10 t/m 18 jaar	Michiel van Oort/ Sandra Butter/Marianne Smits
18.45-20.30	Hordetraining selectie junioren + looptraining senioren (lang)	Cees Beets
19.30-21.00	Looptraining	Rick Westerdaal /Louis Zwarthoed



Woensdag

17.30-18.30	Meisjes '07+'08 (vanaf 7 jaar)	Jopie Baart
	Jongens '06 + '07 + '08 (vanaf 7 jaar)	Gerda Kwakman
	Meisjes '06	Trischa Aberkrom / Peter van Dijk
	Meisjes '05	Trischa Aberkrom / Peter van Dijk
	Jongens'05	Rene Schilder
18.30-19.30	Meisjes '04	Niels Kwakman / Peter van Dijk
	Jongens '04	Niels Kwakman / Peter van Dijk
	Meisjes '03	Saskia Jonk
	Jongens '03 + '02	Martin Schokker
19.00-20.00	Meisjes '00+ '01+ '02	Thomas Kwakman
19.30-20.30	Jongens '00+'01 Jongens en Meisjes 1999 en ouder	Thomas Kok
19.30-20.30	Crossfit/krachtcircuit	Cees Beets/Jan Tuijp
19.30-21.00	Werptraining	Martijn Baart
20.00-21.30	Trimgroep/conditietraining	Theo Buijten

Donderdag

9.00-10.00	Looptraining	Tini Zwarthoed/ Margreeth Werkhoven
18.00-19.30	Looptraining volwassenen	Wim Edam
18.45-20.30	Looptraining jeugd selectie	Cees Beets / Rene Schilder
19.30-21.00	Looptraining volwassenen	Rick Westerdaal / Paul Kraakman

Vrijdag

18.45-20.45	Selectie polsstokhoogspringen	Cees Beets
19.00-20.00	G-team	

Zaterdag

10.30-12.00	Competitietrainingen	
	Meisjes '02 + '03	Ricardo Aberkrom
	Meisjes '00 + '01	Erwin Bokenkamp
	Jongens '02 + '03	Nick Jonk
	Meisjes '98 + '99	Kathy Hoogewerff

Zondag

10.30-12.00	Ver- en hoogspringtraining (vanaf april)	Thomas Kok
10.30-12.00	Werptraining	Martijn Baart
9.30-11.30	Selectie kogelslingeren	Erwin Bokenkamp