

## Forza Trainingsschema seizoen 2023-2024

### Sporthal Nieuwland

	maandag			dinsdag			woensdag			donderdag		
	v1	v2	v3	v1	v2	v3	v1	v2	v3	v1	v2	v3
	<b>Hele seizoen</b>			<b>Hele seizoen</b>			<b>Hele seizoen</b>			<b>aug - okt en apr - jun</b>		
1500 - 1630							cmv	cmv	cmv			
1630 - 1800							cmv	cmv	cmv			
1800 - 1930	jc1 Jurgen	ma1 Marcel	ma3 Arno	mb1 Michel / Mark	mc2 Debby / Lotte	mb3 Yvon	mb2 Esther / Lieke	mb4 ?	mc1 Cor	mb1 Michel / Mark	ja1 Rutger	1800-1930
1930 - 2100	d3 Jouke	d4 Maartje / Kione	h2 Pim	d5 Hans / Jaap	d6 ?	1930-2100	d1 Jan	d2 Coen	h1 Harry	d3 Jouke	d4 Maartje / Kione	1930-2100
2100 - 2230	h1 Harry	d1 Jan	2100-2230	rd Richard	rd Richard	2100-2230	h4 zelf	h5 Marit	h2-h3 zelf	2100-2230	2100-2230	2100-2230

### Sporthal De Bieshaar

	Maandag		Dinsdag		Woensdag		Donderdag		Vrijdag	
	v1	v2	v1	v2	v1	v2	v1	v2	v1	v2
	<b>Hele seizoen</b>		<b>Hele seizoen</b>		<b>Hele seizoen</b>		<b>okt - apr</b>		<b>Nog vrij</b>	
1730 - 1900	mc1	mb2			ma1	ma2			1700 - 2000 1700 - 1830	
1800 - 1930	Cor	Esther / Lieke	jb1		Marcel	Arno				
1830 - 2000			Simon / Jessica							
1900 - 2030	d7	h3			1930-2100	1930-2100	mb1			
1930 - 2100	Dimka / Lotte	Gertjan / Bas					Michel / Mark			
2000 - 2130										
2030 - 2200	rm	rm					d3			
	Hans	Hans					Jouke			

### Sporthal De Brink

	Donderdag	
	v1	v2
1900 - 2030	<b>okt - apr</b>	
	ja1 Rutger	1900-2030
2030 - 2200		
2200 - 2230	d4 Maartje / Kione	