

ZOMERSEIZOEN 2018

TRAININGEN JEUGD

Deze zomer bieden we de jeugd weer een gevarieerd aanbod aan trainingen. Gedurende de zomer plannen we ook aantal extra activiteiten in om het niveau nog verder te laten stijgen. Hieronder leest u alles wat u moet weten om er weer een mooie zomer van te maken!

Skeelertrainingen

Deze training bieden we 2 keer per week aan.

	Inlopen	Start training op de skeelerbaan	Einde training
Maandag 1^e groep	18.20 uur (gezamenlijk)	18.35 uur	19.30 uur
Maandag 2^e groep	19.15 uur (individueel)	19.30 uur	20.30 uur
Woensdag	18.50 uur (gezamenlijk)	19.05 uur	20.00 uur

- We lopen gezamenlijk in. Zorg ervoor dat je op goede hardloopschoenen op tijd bij de skeelerbaan bent!
- Een helm is verplicht. Ook adviseren we goede bescherming om elle boog en knie!
- Er is altijd trainen. Bij regen hebben we een alternatieve training.
- Wanneer de training niet doorgaat hoor je dit via whats app.
- Op maandag worden de trainingen gegeven door Gerben en Janine.
- Op woensdag worden de trainingen gegeven door Gerben en Gabrielle.

Extra activiteiten

Deze zomer plannen we voor het skeeleren 2 extra activiteiten en zijn er 4 clubcompetitie wedstrijden. De data hiervoor worden voor Koningsdag bekend gemaakt.

Fietstrainingen

Deze training bieden we 1 keer per week aan.

	Wie	Start	Einde training
Woensdag 1^e groep	Jongeren tot groep 8	18.30 uur	Uiterlijk 20.00 uur
Woensdag 2^e groep	Jongeren vanaf groep 8	18.30 uur	Uiterlijk 20.30 uur

- Er wordt elke woensdagavond vanaf 18.30 uur gefietst. Je bent er dan ook altijd (mits je ziek bent). Bij regen, harde wind e.d. fietsen we gewoon.
- Wanneer de training niet doorgaat hoor je dit via whats app.
- Om 18.30 uur vertrekken we. Zorg van te voren voor voldoende lucht in je banden!
- Je neemt altijd een binnenband mee!
- Je fietst met helm op, fietskleding en handschoenen aan.
- Je houdt je aan de regels in het verkeer
- Henk van Daltsen, Jan en Erna Last gaan de fietstrainingen geven.

Extra activiteiten

Deze zomer plannen we voor het fietsen ook 2 extra activiteiten in. Daarnaast gaan we weer tijdritten rijden. De data hiervoor worden voor Koningsdag bekend gemaakt.