

	WEEK 45 MESO 2 bel.5					WEEK 46 MESO 2 bel. 7					NATUUR- LOOP 1	BK CROSS HULSHOUT			
	ma - 04/11	di - 05/11	wo - 06/11	do - 07/11	vr - 08/11	za - 09/11	zo - 10/11	ma - 11/11	di - 12/11	wo - 13/11	do - 14/11	vr - 15/11	za - 16/11	zo - 17/11	
1ste jaar CADET DAMES	19u30					SPORTKAMP					19u00				
Ailiki Hopchet												KrA	FoW		
Feline De Swert	Habc	LaC	St+Co	VeS						SpT	JeV	KrA	FoW		
Good-Luck Kossi	Habc	LaC	St+Co	VeS						SpT	JeV	KrA	FoW	PaH	
Jolien Monsieurs	Habc	VeH	St+Co	VeS						SpT	JeV	R	R	PaH	
Julie De Landtsheer	1/2 F - 19u30		St+Co	VeS						1/2 F - 20u00		1/2 F - 19u14			
Juno Pieters	Habc	LaC	KrA	SpT						CaH		Len	KoS		
Kaat Van Der Hoeven	1/2 F - 19u30		KrA	SpT						1/2 F - 20u00		1/2 F - 19u15			
Lauren Wuyts	Habc ??	VeH	KrA	SpT						CaH		KrA	AnK	PaH	
Mille Janssens			KrA	SpT						CaH		Len	KoS		
Pommelein Hermans	Habc	LaC	KrA	SpT						St+Co	VeS	Len	KoS		
Saar Vanchaze	Habc	VeH	KrA	SpT						St+Co	JePSS	KrA	AnK	PaH	
Stans De Groof	1/2 F - 19u30		KrA	SpT						1/2 F - 20u00		1/2 F - 19u15			
Trix Begine	Habc	VeH	KrA	SpT						St+Co	VeS	KrA	AnK		
2de jaar CADET DAMES	19u30					SPORTKAMP					19u30				
Beau Biesemans	1/2 F - 19u30		St+Co	VeS						SpT	JeV	1/2 F - 19u15			
Charlotte Sieps	Habc	LaC	St+Co	VeS						SpT	JeV	KrA	AnK		
Eef Brants	Habc	LaC	KrA	SpT						St+Co	VeS	Len	KoS		
Dita Heyens	Habc	LaC	KrA	SpT						St+Co	VeS	Len	KoS		
Iman Edders	Habc	LaC	KrA	SpT						St+Co	VeS	KrA	FoW		
Jonne Verheyen	Habc	LaC	KrA	SpT						CaH		Len	KoS		
Mare Buys	Habc	VeH	St+Co	VeS						SpT	JeV	Len	KoS		
Milla Verhoeven	Habc	VeH	St+Co	VeS						SpT	JeV	Len	KoS		
Rose-marie Goossens	Habc	LaC	St+Co	VeS						SpT	JeV	Len	KoS		
Venus Kazibwe	Habc	LaC	KrA	SpT						St+Co	VeS	KrA	FoW		

ALLEEN 1/2 FOND
1/2 FOND + SPURTGROEP (woend.)
SPURTGROEP
Lege cel: kunnen dan niet trainen

KoS	Korte Spurt	JePSS	Jesse PSS	St+Co	Stabiliteit-core	R	Rust
VeS	Verlengde Spurt	CaH	Carl Hoog	KrA	Kracht training	1/2 F	Halve Fond
LaC	Lactisch-uthouding	AnK	Anik Kogel / Discus	Len	Lenigheid training		Deelname wedstrijd
SpK	Sprongkracht	JoB	Johan Kesselse-Heide	Lte	Looptechniek	lege cel	Kan dan niet trainen
JeV	Jean Ver	PaH	Paul Horden	Habc	Horde ABC	Alt.Na.Tr	Alternatieve training
SpT	Sprong techniek	FoW	Fons speer / Discus	VeH	Verlengde horden		

	WEEK 45 MESO 2 bel.5					WEEK 46 MESO 2 bel. 6									
	ma - 04/11	di - 05/11	wo - 06/11	do - 07/11	vr - 08/11	za - 09/11	zo - 10/11	ma - 11/11	di - 12/11	wo - 13/11	do - 14/11	vr - 15/11	za - 16/11	zo - 17/11	
1ste jaar CADET HEREN	19u30					SPORTKAMP					19u00				
Felix Hermans	1/2 F - 19u30		St+Co	VeS						1/2 F - 20u00		1/2 F - 19u16			
Flor Geens		1/2 F - 19u15	KrA	SpT						1/2 F - 20u00		1/2 F - 19u17			
Ingo Dils	1/2 F - 19u30		KrA	JePSS						St+Co	JePSS	1/2 F - 19u17			
Kasper Janssens	Habc	LaC	KrA	JePSS						St+Co	JePSS	KrA	FoW		
Lars Van Langendonck	Habc	LaC	St+Co	VeS						St+Co	VeS	Len	KoS		
Luka De Belder		1/2 F - 19u15								1/2 F - 20u00		1/2 F - 19u15			
Mathijs Vandekerckhove	Habc	LaC	St+Co	VeS						SpT	JeV	Len	KoS		
Mathijs Vervoort	1/2 F - 19u30		St+Co	VeS						1/2 F - 20u00		1/2 F - 19u15			
Ottis Torfs	1/2 F - 19u30		KrA	SpT						1/2 F - 20u00		1/2 F - 19u15			
Otto Koninckx	Habc	LaC	St+Co	VeS						St+Co	VeS	Len	KoS		
Senne Keustermans	1/2 F - 19u30		St+Co	VeS						1/2 F - 20u00		1/2 F - 19u15			
Siebe Wouters	1/2 F - 19u30		St+Co	VeS						1/2 F - 20u00		1/2 F - 19u15			
Tim Mylemans	Habc	VeH	CaH							SpT	JeV	KrA	AnK	PaH	
Victor Symens	Habc	VeH	CaH							CaH		R	R	PaH	
Wout Roels	1/2 F - 19u30		St+Co	VeS						1/2 F - 20u00		1/2 F - 19u15			
2de jaar CADET HEREN	19u30					SPORTKAMP					19u30				
Arne Van Elsacker	Habc	LaC	KrA	SpT						St+Co	VeS	Len	KoS		
Cor Kerkhofs	Habc	VeH	CaH							SpT	JeV	KrA	FoW	PaH	
Jaro Massaer	Habc	LaC	St+Co	VeS						St+Co	VeS	Len	KoS		
Senne Vonk	St+Co	Alt.Na.Tr	St+Co	VeS						St+Co	VeS	Len	KoS		