# Trainingsprogramma miniemen/aspiranten winter 2014

* ***Trainingen duinen Middelkerke***

*Adres: Sluisvaartstraat 8430 Middelkerke*

* ***Trainingen Sportpark De Schorre***

*Adres: Sportparklaan 8400 Oostende*

*De eerste training gaat door op woensdag 8 oktober 2014, de laatste op woensdag 25 feb 2015.*

*Op 24 dec 14 en 31 jan 14 is er geen training.*

*We starten met een ½ uur lopen o.l.v. Didier, gevolgd door 1 uur veldrijden, einde training voorzien rond 16u30.*

*De trainingen gaan steeds door in Middelkerke, eventuele veranderingen zullen telkens op dinsdagavond te lezen zijn op onze BLOG.*

*De looptraining is verplicht -* ***loopschoenen meebrengen!***

*Ook de ouders zijn welkom om deel te nemen aan de trainingen.*

*De begeleiders*