

Programma kerstvakantie 2016-2017.

20-12-16 EVALUATIEAVOND DECEMBER IN ZAAL ISO

21-12-16	14u00	U14	LTAPD kracht en stabiliteit	Oxygen	3 euro afgeven aan trainer Luc	Luc Bogaert
	15u00	U15	LTAPD kracht en stabiliteit	Oxygen	3 euro afgeven aan trainer Luc	Luc Bogaert
	16u00	U16	LTAPD kracht en stabiliteit	Oxygen	3 euro afgeven aan trainer Luc	Luc Bogaert
	14u00	U10 gr1	LTAPD judo en blessurepreventie	judozaal sportcomplex Krekel		Pieter-Jan
	15u00	U10 gr2	LTAPD judo en blessurepreventie	judozaal sportcomplex Krekel		Pieter-Jan
	16u00	U11	LTAPD judo en blessurepreventie	judozaal sportcomplex Krekel		Pieter-Jan
	16u00	U17	LTAPD looptraining + stabiliteit/lenigheid	atletiekpiste		Stijn
	18u30	U12	veldtraining door teamtrainers	Terrein 2		Stefaan, Eddy
	18u30	U13	veldtraining door teamtrainers	Terrein 4		Kurt, Dimitri, Kevin

22-12-16 **gewoon trainingsschema outdoor U11 – U19**

23-12-16 **gewoon trainingsschema outdoor U11 – U19**

24-12-16

25-12-16

26-12-16	09u00	U14	zaaltraining	indoorzaal TSOK Kachtem		
	10u30	U15	zaaltraining	indoorzaal TSOK Kachtem		
	12u30	U16	zaaltraining	indoorzaal TSOK Kachtem		Koen
	14u00	U17	zaaltraining	indoorzaal TSOK Kachtem		Kurt
	15u30	U19-Bel	zaaltraining	indoorzaal TSOK Kachtem		
27-12-16	09u00-	U8-U9	gemengde zaaltraining	indoorzaal sportcomplex Krekel		(parketzaal extra)
	10u15	* voor ALLE U8 die GEEN tornooi hebben op 27-12				
	09u00-	U11	LTAPD judo/blessurepreventie	judozaal sportcomplex Krekel		
	10u00	* voor ALLE U11 die GEEN tornooi hebben op 27-12				
	10u00-	U12	LTAPD judo/blessurepreventie	judozaal sportcomplex Krekel		
	11u00	* voor ALLE U12 die GEEN tornooi hebben op 27-12				
	10u15-	U10	zaaltraining	indoorzaal sportcomplex Krekel		(parketzaal extra)
	11u30					
	11u00-	U13	LTAPD judo/blessurepreventie	judozaal sportcomplex Krekel		
	12u00	* voor ALLE U13 die GEEN tornooi hebben op 27-12				
	13u00-	U15	LTAPD judo/blessurepreventie	judozaal sportcomplex Krekel		
	15u30		+ 45 min EDT max op hartslog			
			+ 45 min tafeltennis			
	14u00-	U16	LTAPD judo/blessurepreventie	judozaal sportcomplex Krekel		Amado, Koen, Kurt
	16u30		+ 45 min EDT max op hartslog			
			+ 45 min tafeltennis			
	14u30-	U7-U6	zaaltraining	indoorzaal sportcomplex Krekel		
	16u00					
	15u00-	U17	LTAPD judo/blessurepreventie	judozaal sportcomplex Krekel		Amado, Koen, Kurt

	17u45		+ 45 min EDT max op hartslag		
	16u00-18u00	U19-Bel	LTAPD judo/blessurepreventie	judozaal sportcomplex Krekel	
			+ 45 min EDT max op hartslag		
28-12-16					
29-12-16	10u00	U19-Bel	veldtraining	kunstgras Dadizele	(grote zaal tot 18u, parket van 18u-18u30)
	10u00	U17	veldtraining	kunstgras Dadizele	
	14u00	U13	veldtraining	Terrein 1	
	17u00	U8	zaaltraining	indoorzaal sportcomplex Krekel	
	18u00	U15	veldtraining	Terrein 3	
	18u00	U16	veldtraining	Terrein 4	
30-12-16	09u00	U12	zaaltraining	indoorzaal sportcomplex Krekel	(parketzaal extra)
	10u30	U14	zaaltraining	indoorzaal sportcomplex Krekel	
	13u00	U9	zaaltraining	indoorzaal sportcomplex Krekel	
		* voor ALLE U9 die GEEN tornooi hebben op 30-12			
	14u30	U7-U6	zaaltraining	indoorzaal sportcomplex Krekel	
	14u30	U11	zaaltraining	indoorzaal TSOK Kachtem	
	16u00	U10	zaaltraining	indoorzaal TSOK Kachtem	
31-12-16					
01-01-17					
02-01-16			gewoon trainingsschema outdoor ALLE ploegen		
	09u00	U14-15	Extra LTPD linietraining verdedigers	Terrein 4	Rob Claeys
	10u00	U16-17	Extra LTPD linietraining verdedigers	Terrein 4	Rob Claeys
	11u00	U19-Bel	Extra LTPD linietraining verdedigers	Terrein 4	Rob Claeys
03-01-16	09u00-15u45	U7, U8, U9, U10, U12, U13 (*)		indoorzaal sportcomplex Krekel	
	16u00-17u15	U6	zaaltraining	indoorzaal TSOK Kachtem	
04-01-16					
OEFENWEDSTRIJDEN VS KSV OUDENAARDE / ZIE ALGEMEEN PROGRAMMA					
05-01-16	16u00-17u15	U6	zaaltraining	indoorzaal TSOK Kachtem	
gewoon trainingsschema outdoor andere ploegen					
06-01-16	16u00-17u30	U8	zaaltraining	indoorzaal TSOK Kachtem	
gewoon trainingsschema outdoor andere ploegen					
07-01-16					
HERVATTING COMPETITIE IP					

(*) leeftijd U11 volgt later !