

TRAININGEN SG AQUADRAAT ZOMER 2023 – versie 2

Binnenkort zal het trainingsrooster wijzigen ivm de (gedeeltelijke) overgang naar het PWA-bad in Koudekerk aan den Rijn.



In De Does zullen geen trainingen zijn van maandag 1 mei t/m vrijdag 7 mei (vakantie)



In de laatste week van augustus (28 augustus t/m. 1 september) is de waterpoloweek in het PWA-bad voor alle waterpoloteams



TRIMZWEMMEN + Zwemtrainingen PWA-bad juli-aug

Groep	Periode	Dag	Zwembad	Tijd	Opmerkingen
Maandag groep	24 apr tm. 22 mei	Maandag	De Does	19.35-20.30	1 mei geen training i.v.m. vakantie
	5 juni t/m 3 juli	Maandag	De Does	19.30-20.30	29 mei geen training ivm Pinksteren
	10 juli t/m 14 aug	Maandag	PWA-bad	18.30-19.30	Zwemtraining voor <u>alle leden Aquadraat >17 jaar</u> – geen ballen
	Vanaf 21 aug	Maandag	De Does	19.35-20.30	
Dinsdag	11 juli t/m 16 aug	Dinsdag	PWA-bad	19.00-20.00	Vrij zwemmen – geen ballen
Donderdag groep	11 mei tm. 6 juli	Donderdag	De Does	19.25-20.15	18 mei geen training ivm. Hemelvaart
	13 juli t/m 17 aug	Donderdag	PWA-bad	19.00-20.00	Zwemtraining voor <u>alle leden Aquadraat >17 jaar</u> – geen ballen
	Vanaf 24 aug	Donderdag	De Does	19.25-20.15	

WATERPOLO

Groep	Periode	Dag	Zwembad	Tijd	Opmerkingen
Heren 1+2	8 mei tm. 25 aug.	Maandag	PWA-bad	20.30-22.00	29 mei geen training ivm Pinksteren
	8 mei tm. 25 aug.	Donderdag	PWA-bad	19.30-20.30	18 mei geen training ivm Hemelvaart
Mini en E-pupillen	24 apr tm. 6 juli	Dinsdag	De Does	18.00-18.45	
D-pupillen	24 apr tm. 6 juli	Dinsdag	De Does	18.45-19.30	
Dames 1+2	8 mei tm. 25 aug	Maandag	PWA-bad	19.30-20.30	29 mei geen training ivm Pinksteren
	8 mei tm. 25 aug.	Woensdag	PWA-bad	20.00-21.30	
Jongens en Meisjes C+D	8 mei tm. 25 aug	Vrijdag	PWA-bad	19.15-20.15	
Heren 3+4	8 mei t/m 25 aug	Dinsdag	PWA-bad	20.00-21.00	

ZWEMMEN

Groep	Periode	Dag	Zwembad	Tijd	Opmerkingen
Maandag Zwemgroep 1	8 mei tm. 22 mei	Maandag	De Does	17.45-18.40	29 mei geen training ivm Pinksteren
	5 juni tm. 3 juli	Maandag	PWA-bad	18.30-19.30	
	Vanaf 21 aug	Maandag	De Does	17.45-18.30	
Maandag Zwemgroep 2	8 mei tm. 22 mei	Maandag	De Does	18.40-19.35	29 mei geen training ivm Pinksteren
	5 juni tm. 3 juli	Maandag	PWA-bad	18.30-19.30	
	Vanaf 21 aug	Maandag	De Does	18.40-19.35	
Donderdag Zwemgroep tm 10 jaar	11 mei tm. 6 juli	Donderdag	De Does	17.45-18.35	18 mei geen training ivm. Hemelvaart
	Vanaf 24 aug	Donderdag	De Does	17.45-18.35	
Donderdag Zwemgroep tm 17 jaar	11 mei tm. 6 juli	Donderdag	De Does	18.35-19.25	18 mei geen training ivm. Hemelvaart
	Vanaf 24 aug	Donderdag	De Does	18.35-19.25	