

# NLC'03 VELD- KLEEDKAMER INDELING TRAININGEN

## SEIZOEN 2024/2025



		18 00	18 30	19 00	19 30	20 00	20 30	21 00	21 30	
MAANDAG	Veld 3	A	MO15-1	MO15-2	VRIJ	VRIJ	MO20-1	VRIJ	VRIJ	
		B								
		C								
		D								
		E								
		F								
	Veld 4	A	JO12-1 + JO12-2	JO11-1 + JO11-2	VRIJ	VRIJ	JO19-1	JO17-1	VRIJ	VRIJ
		B								
		C								
		D								
		E								
		F								
DINSDAG	Veld 3	A	MO13-1	JO14-1	VRIJ	VRIJ	SELECTIE DAMES + DAMES 35+	VRIJ	VRIJ	
		B								
		C								
		D								
		E								
		F								
	Veld 4	A	Keepers training MO11-MO20	VRIJ	VRIJ	VRIJ	VRIJ	SELECTIE HEREN	VRIJ	VRIJ
		B								
		C								
		D								
		E								
		F								
WOENSDAG	Veld 3	A	MO15-1	MO15-2	VRIJ	JO19-1	JO15-1	VRIJ	VRIJ	
		B								
		C								
		D								
		E								
		F								
	Veld 4	A	Keepers training JO8-JO11	JO11-1 + JO11-2	VRIJ	VRIJ	JO17-1	VRIJ	VRIJ	VRIJ
		B								
		C								
		D								
		E								
		F								
DONDERDAG	Veld 3	A	MO13-1	JO14-1	VRIJ	VRIJ	SELECTIE DAMES + DAMES 35+	VRIJ	VRIJ	
		B								
		C								
		D								
		E								
		F								
	Veld 4	A	VRIJ	Keepers training JO12-JO19	VRIJ	VRIJ	Keepers training SELECTIE HEREN	VRIJ	VRIJ	VRIJ
		B								
		C								
		D								
		E								
		F								

### Beoogde uitgangspunten

\* Er zijn 4 trainings avonden (MA, DI, WO, DO)

\* Trainingsavonden zijn verdeeld in twee tijdsblokken

Vroeg blok: 18:00 - 19:30

Laat blok: 19:30 - 21:30

\* Trainingstijden moeten binnen deze tijdsblokken vallen

\* Velden worden opgedeeld in 6 gelijkwaardige vakken

\* Gereserveerde ruimte per leeftijdcat zie tabel.

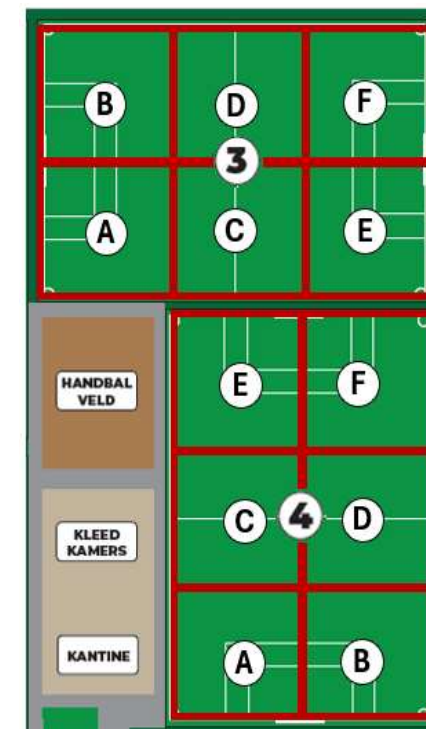
\* Pupillen trainen alleen in het "vroeg" tijdsblok

\* Senioren trainen alleen in het "late" tijdsblok

NOTE: Beoogde uitgangspunten zijn niet leidend,

hiervan kan worden afgeweken.

	Leeftijd	Team	Min. Veld
Pupillen	O7	4x4	1/6
	O8 - O10	6x6	1/6
	O11-O12	8x8	1/3
Jun.	O12-O15	11x11	1/3
	O16-O20	11x11	1/3
Senioren	SEL. HEREN	11x11	1/1
	SEL. DAMES	11x11	1/2
	H3 t/m H6	11x11	1/2



# NLC'03 VELD- KLEEDKAMER INDELING TRAININGEN

## SEIZOEN 2024/2025



		18 00	18 30	19 00	19 30	20 00	20 30	21 00	21 30	22
MAANDAG	KLD 1	JO11-1 + JO11-2				JO17-1				
	KLD 2	JO12-1 + JO12-2								
	KLD 3					MO20-1				
	KLD 4					JO15-1				
	KLD 5	MO15-1								
	KLD 6	MO15-2								
	KLD 7					JO16-1				
	KLD 8					JO19-1				
	S1	Beschikbaar voor meiden JO10-1 & JO10-2								
S2	Beschikbaar voor meiden JO11-1 & JO11-2									
INST										
		18 00	18 30	19 00	19 30	20 00	20 30	21 00	21 30	22
DINSDAG	KLD 1					HEREN SELECTIE				
	KLD 2									
	KLD 3	JO8-1								
	KLD 4	JO9-1								
	KLD 5	MO11-1				DAMES SELECTIE + DAMES 35+				
	KLD 6	MO13-1								
	KLD 7	JO10-1 + JO10-2								
	KLD 8	JO14-1								
	S1	Beschikbaar voor meiden JO7 & JO8 & JO9								
S2	Trainers Selectie									
INST										
		18 00	18 30	19 00	19 30	20 00	20 30	21 00	21 30	22
WOENSDAG	KLD 1	JO11-1 + JO11-2				JO17-1				
	KLD 2	JO12-1 + JO12-2								
	KLD 3					MO20-1				
	KLD 4					JO15-1				
	KLD 5	MO15-1								
	KLD 6	MO15-2								
	KLD 7					JO16-1				
	KLD 8					JO19-1				
	S1	Beschikbaar voor meiden JO10-1 & JO10-2								
S2	Beschikbaar voor meiden JO11-1 & JO11-2									
INST										
		18 00	18 30	19 00	19 30	20 00	20 30	21 00	21 30	22
DONDERDAG	KLD 1					HEREN SELECTIE				
	KLD 2									
	KLD 3	JO7-1								
	KLD 4	JO8-1								
	KLD 5	JO9-1								
	KLD 6	MO11-1				DAMES SELECTIE + DAMES 35+				
	KLD 7	MO13-1								
	KLD 8	JO10-1 + JO10-2								
	KLD 8	JO14-1								
S1	Beschikbaar voor meiden JO7 & JO8 & JO9									
S2	Trainers Selectie									
INST										

### Uitgangspunten

- \* Trainingsavonden zijn verdeeld in twee tijdsblokken  
Vroeg blok: 18:00 - 19:30  
Laat blok: 19:30 - 21:30
- \* Elk team heeft (zoveel als mogelijk) een eigen kleedkamer.
- \* Pupillen teams van dezelfde leeftijd met twee teams in één kleedkamer.
- \* Meiden bij de pupillen hebben de mogelijkheid om apart te douchen
- \* 15min voor aanvang training is de kleedkamer beschikbaar
- \* In het geval dat de kleedkamer de gehele avond is volgepland:

KLEEDKAMERS MOETEN OM 19:45 SCHOON EN LEEG ZIJN.  
TEAMS DIE IN HET LATE BLOK TRAINEN KUNNEN NIET EERDER  
IN DE KLEEDKAMER ALS 19:45 ALS DEZE VOLGEPLAND IS.

