

----- Trainingstijden -----



GYMNASTIEK

- Maandag** **gymzaal Van Maasdijkschool (Heerenveen Noord)**
16:00 - 17:00 uur Gymnastiek j/m van 3,5 jaar t/m groep 2
17:00 - 18:00 uur Gymnastiek j/m groep 3 t/m 5
Trainers: Olaf Larsen / Rein Hoekstra
- Woensdag** **gymzaal Ekke de Haanschool (De Greiden)**
14:30 - 15:30 uur Gymnastiek j/m van 3,5 jaar t/m groep 2
15:30 - 16:30 uur Gymnastiek j/m groep 3 t/m 5
Trainer: Eva Bal
- Donderdag** **gymzaal De Spil (Skoatterwâld)**
14:30 - 15:30 uur Gymnastiek j/m van 3,5 jaar t/m groep 1
15:30 - 16:30 uur Gymnastiek j/m groep 2 / 3
16:30 - 17:30 uur Gymnastiek j/m groep 4 t/m 6
Trainers: Olaf Larsen / Rein Hoekstra

TURNEN WEDSTRIJD RECREATIE

- Maandag** **gymzaal Ekke de Haanschool (De Greiden)**
16:00 - 18:00 uur Wedstrijd Recreatie Turnen (D2 t/m D5)
18:00 - 20:00 uur Wedstrijd Recreatie Turnen (D2 t/m D5)
Trainer: Emmely Evers
- Donderdag** **gymzaal Ekke de Haanschool (De Greiden)**
16:00 - 18:00 uur Wedstrijd Recreatie Turnen (D2 t/m D5)
18:00 - 20:00 uur Wedstrijd Recreatie Turnen (D2 t/m D5)
Trainer: Emmely Evers

KEEP FIT / 55+ IN BEWEGING / VOLLEYBAL

- Maandag** **gymzaal Ekke de Haanschool (De Greiden)**
20:00 - 21:00 uur Keep Fit (Dames)
trainer: Bibi de Jonge
- Woensdag** **gymzaal Het Vogelnest (De Greiden)**
14:30 - 15:30 uur 55+ in Beweging (Dames en heren)
trainer: Brigitte Spierings
- Donderdag** **gymzaal Ekke de Haanschool (De Greiden)**
20:00 - 21:00 uur Volleybal (Heren)
geen trainer

Trainingstijden



TURNEN

Maandag

gymzaal Het Vogelnest (De Greiden)

14:30 - 16:30 uur TD Voorbereidende turnselectie (Pre-Instap)

16:00 - 18:00 uur TD 2e Talenten (D1 en N3)

trainer: Titia van Althuis-Tolsma

Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen

18:30 - 20:30 uur TH Jongens en Heren Turnen

Trainer Jarne Schutrup

18:30 - 20:30 uur TD 3e en 4e divisie

Trainer Rein Hoekstra

18:30 - 20:30 uur TD 1e Talenten (N2 en N3)

Trainers Sarah ten Have en Marijn Kuipers

18:30 - 21:00 uur TD 1e en 2e divisie

Trainers Sarah ten Have en Marijn Kuipers

Dinsdag

Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen

18:30 - 20:30 uur TH Jongens en Heren Turnen

Trainer Jarne Schutrup

18:30 - 20:30 uur TD 4e, 5e en 6e divisie

Trainer Rein Hoekstra

18:30 - 20:30 uur TD 1e Talenten (N2 en N3)

Trainers Sarah ten Have en Marijn Kuipers

18:30 - 21:00 uur TD 1e en 2e divisie

Trainers Sarah ten Have en Marijn Kuipers

Woensdag

Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen

14:30 - 16:30 uur TD Voorbereidende turnselectie (Pre-Instap)

Titia van Althuis-Tolsma

15:00 - 17:00 uur Jongens Gym

Trainer Olaf Larsen, Rein Hoekstra

16:00 - 19:30 uur TD 1e Talenten (N2 en N3)

Trainers Sarah ten Have en Marijn Kuipers

16:30 - 18:30 uur TD 2e Talenten (D1 en N3)

Trainer Titia van Althuis-Tolsma

16:30 - 19:30 uur TD 1e en 2e divisie

Trainers Sarah ten Have en Marijn Kuipers

18:30 - 20:30 uur TD 3e en 4e divisie / Groepsspringen

Trainer Rein Hoekstra

Donderdag

Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen

18:30 - 20:30 uur TD 2e Talenten (D1 en N3)

Trainer Titia van Althuis-Tolsma

18:30 - 20:30 uur TD 4e, 5e en 6e divisie

Trainer Rein Hoekstra

Vrijdag

Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen

18:30 - 20:30 uur TH Jongens en Heren Turnen

Trainer Jarne Schutrup

18:30 - 20:30 uur TD 3e en 4e divisie

Trainer Rein Hoekstra

18:30 - 20:30 uur TD 1e Talenten (N2 en N3)

Trainers Sarah ten Have en Marijn Kuipers

18:30 - 21:00 uur TD 1e en 2e divisie

Trainers Sarah ten Have en Marijn Kuipers

Zaterdag

Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen

11:30 - 13:30 uur TD Groepsspringen

Trainer Rein Hoekstra

13:00 - 16:00 uur TD 1e Talenten (N2 en N3)

Trainers Sarah ten Have en Marijn Kuipers

13:00 - 16:00 uur TD 1e en 2e divisie

Trainers Sarah ten Have en Marijn Kuipers