

----- Trainingstijden -----



GymKids en Gymnieturnen

- Maandag** **gymzaal Van Maasdijkschool (Heerenveen Noord)**
16:00 - 17:00 uur GymKids j/m van 3,5 jaar t/m groep 2
17:00 - 18:00 uur Gymnieturnen j/m groep 3 t/m 8
Trainer: Olaf Larsen
- Woensdag** **gymzaal Ekke de Haanschool (De Greiden)**
14:30 - 15:30 uur GymKids j/m van 3,5 jaar t/m groep 2
15:30 - 16:30 uur Gymnieturnen j/m groep 3 t/m 8 -> *deze groep zit momenteel vol, voor mogelijkheden graag even contact opnemen met de ledenadministratie (ledenadministratie@csc45.nl)*

Trainer: Olaf Larsen
- Donderdag** **gymzaal De Spil (Skoatterwâld)**
15:30 - 16:30 uur Gymnieturnen j/m groep 3 en 4
16:30 - 17:30 uur Gymnieturnen j/m groep 5 t/m 8
Trainer: Olaf Larsen
Voor kleutergym graag even contact opnemen met de ledenadministratie (ledenadministratie@csc45.nl)

WEDSTRIJDTURNEN - RECREATIE / TURNEN DAMES (= TD)

- Maandag** **gymzaal Ekke de Haanschool (De Greiden)**
16:00 - 18:00 uur Wedstrijd Turnen-Recreatie (TD D2 t/m D5)
Trainers: Mireille Eindhoven en Emmely Evers
- Dinsdag** **Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen**
18:30 - 20:30 uur TD 5e en 6e divisie
Trainer: Emmely Evers
- Donderdag** **gymzaal Het Vogelnest (De Greiden)**
16:15 - 18:15 uur Wedstrijd Turnen-Recreatie (TD D2 t/m D5)
18:30 - 20:30 uur TD 5e en 6e divisie
Trainer: Mireille Eindhoven

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 -----



GROEPSSPRINGEN (regionaal en landelijk)

- Maandag** **gymzaal Ekke de Haanschool (De Greiden)**
18:15 - 19:45 uur Springtraining - regionaal
Trainer: Emmely Evers
- Woensdag** **gymzaal Ekke de Haanschool (De Greiden)**
16:30 - 18:00 uur Springtraining - regionaal
Trainer: Eva Bal
- Zondag** **Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen**
12:30 - 14:30 uur Springtraining - landelijk
Trainer: Vincent Witteveen

TURNEN (TD = Turnen Dames / TH = Turnen Heren)

- Maandag** **gymzaal Het Vogelnest (De Greiden)**
14:45 - 17:00 uur TD Voorbereidende turnselectie (Pre-Instap) Trainer Titia van Althuis-Tolsma
- Sporthal De Stuit, Joure**
17:15 - 20:15 uur TD 1e en 2e divisie Trainer Wim Dijkstra
- Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen**
18:30 - 21:00 uur TH Jongens en Heren Turnen Trainer Jarne Schutrup
18:30 - 20:30 uur TD 3e en 4e divisie Trainer Marijke Boes-Postma
- Dinsdag** **Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen**
18:30 - 21:00 uur TH Jongens en Heren Turnen Trainers Jarne Schutrup / Patrick Mast
- Woensdag** **Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen**
14:45 - 17:00 uur TD Voorbereidende turnselectie (Pre-Instap) Trainer Titia van Althuis-Tolsma
15:00 - 17:00 uur TH Voorbereidende turnselectie (Benjamins) Trainers Jarne Schutrup / Patrick Mast
18:00 - 21:00 uur TD 1e en 2e divisie Trainer Wim Dijkstra
18:30 - 20:30 uur TD 3e en 4e divisie Trainer Marijke Boes-Postma
- Donderdag** **Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen**
18:30 - 21:00 uur TH Jongens en Heren Turnen Trainers Jarne Schutrup / Patrick Mast
18:30 - 21:00 uur TD 1e en 2e divisie Trainer Titia van Althuis-Tolsma
- Vrijdag** **Turnhal Epke Zonderland Turncentrum, Sportstad Heerenveen**
18:30 - 20:30 uur TD 3e en 4e divisie Trainer Marijke Boes-Postma
- Sporthal De Stuit, Joure**
17:30 - 20.30 uur TD 1e en 2e divisie Trainer Wim Dijkstra