

# TRAININGEN DAMES 2022

ORGANISATOR	TEAM KEMPEN - DAMES
HOOFDTRAINER	SUZANNE VERHOEVEN / FREDDY HUYBRECHTS (0474/91.14.20)

Deze kalender is niet bindend. Alle correcte info wordt steeds via Spond gecommuniceerd naar ouders en renners.

De damesploeg volgt de trainingskalender van de nieuwelingen.

Zij starten de trainingsrit samen, maar splitsen zich regelmatig af.

De train(st)er bekijkt dit bij aanvang van de rit.

PROJECTFASE	BEGINT	EINDIGT	VERZAMELPLAATS
LOOPTRAINING DINSDAG	19u00	20u00	SPORTPARK DE HOOGT
CROSSTRaining WOENSDAG ENKEL CROSSERS	15u00	16u00	RAADSHERPARK
STAGE			BÜTGENBACH
WEGTRAINING WOENSDAG	14u00	16u30	IN'T VEN SPORT
WEGTRAINING ZATERDAG	13u00	16u00	IN'T VEN SPORT
WEGTRAINING ZONDAG	9u30	12u30	IN'T VEN SPORT
EXTRA TRAINING KROKUS/PAASVAKANTIE	Zie Spond		ZIE SPOND
OFFROAD WINTERTRAINING ZONDAG	9u30	12u30	IN'T VEN SPORT
VAKANTIE			



JANUARI							FEBRUARI							MAART							APRIL							MEI							JUNI																																																							
M	D	W	D	V	Z	Z	M	D	W	D	V	Z	Z	M	D	W	D	V	Z	Z	M	D	W	D	V	Z	Z	M	D	W	D	V	Z	Z	M	D	W	D	V	Z	Z																																																	
					1	2		1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6						1	2	3							1								1									1	2	3	4	5																																		
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26																																			
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26																																										
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26																																										
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30	31				28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				27	28	29	30																																														
31																												30	31																																																													
JULI							AUGUSTUS							SEPTEMBER							OKTOBER							NOVEMBER							DECEMBER																																																							
M	D	W	D	V	Z	Z	M	D	W	D	V	Z	Z	M	D	W	D	V	Z	Z	M	D	W	D	V	Z	Z	M	D	W	D	V	Z	Z	M	D	W	D	V	Z	Z																																																	
				1	2	3		1	2	3	4	5	6	7					1	2	3	4						1	2						1	2								1	2	3	4	5	6								1	2	3	4	5	6																												
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	7	8	9	10	11	12	13	13	14	15	16	17	18	19	12	13	14	15	16	17	18	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25																					
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31																													
25	26	27	28	29	30	31	29	30	31					26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31		26	27	28	29	30	31																																											
																					31																																																																					

Verdere info steeds op te vragen bij [jeugd@teamkempen.be](mailto:jeugd@teamkempen.be)