



Oefentye Kwartaal 1 2020

Atletiek / Rugby / Netbal

(Vanaf 20 Januarie tot en met 4 Februarie 2020)

<u>DAG</u>	<u>Naelope (Juniors en Seniors)</u>	<u>Velditems, middellafstande en hekkies</u>	<u>Rugby</u>	<u>Netbal</u>
MAANDAG	06:40 - 07:10	14:10 - 15:10	15:00 - 16:00 o/9 en o/10	15:00 - 16:00 o/10 en o/11
DINSDAG	06:40 - 07:10	GEEN OEFENING	13:45 - 14:45 o/9 en o/10 14:45 - 15:45 o/11 en Snr's	13:45 - 14:45 o/10 en o/11 14:45 - 15:45 o/12 en o/13
WOENSDAG	06:40 - 07:10	13:40 - 14:40	14:30 - 15:30 o/11 en Snr's	14:30 - 15:30 o/12 en o/13

Rugby-oefentje

(Vanaf Maandag 10 Februarie 2020)

MAANDAG						
	TAU (o/7)	o/8A&B o/9A&B	o/10 A&B	o/11 A&B	3de en 4de	1ste & 2de
13:35 - 14:10	A- en B-veld					
14:10 - 15:25		B-veld	A-veld			
15:25 - 16:40				B-veld	B-veld	A-veld
DINSDAG & WOENSDAG						
	TAU (o/7)	o/8A&B o/9A&B	o/10 A&B	o/11 A&B	3de en 4de	1ste & 2de
13:00 - 13:35	A- en B-veld					
13:40 - 14:55		B-veld	B-veld			
14:55 - 16:10				B-veld	B-veld	A-veld

Netbal-oefentje

(Vanaf Maandag 10 Februarie 2020)

1ste Sessie: Maandag: 14:15 - 15:30

Dinsdag en Woensdag: 13:50 - 15:05

Baan 1	Baan 2	Baan 3	Baan 4	Baan 5	Teerbaan	Klein teerbaan
o/11A&B	o/11C&D	o/10A&B	o/9A&B	o/10C&D	o/9C&D	o/9-Ont.

2de Sessie: Maandag: 15:30 - 16:45

Dinsdag en Woensdag: 15:05 - 16:20

Baan 1	Baan 2	Baan 3	Baan 4	Baan 5	Teerbaan
o/13A&B	o/13C&D	o/12A&B	o/12C&D		