

overzicht Trainingen seizoen 2021 - 2022												
status	15-01-2022											
week	Datum	dinsdag	woensdag	woensdag	donderdag	vrijdag	vrijdag	Zaterdag	Zaterdag	Zaterdag	Zondag	
		19.00 - 20.00	17.45 - 18.45	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00	08.45 - 09.45	10.00 - 11.00	11.15 - 12.15	08.30 - 09.30	
		3.2	4.1	4.2	5.2	6.2	6.3	7.2	7.3	7.4	1.2	
37	13 sept -19 sept	Buiten contract	Buiten contract	Buiten contract	Buiten contract	1	1	1	1	1	1	
38	20 sept. - 26 sept	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
39	27 sept. - 03 okt.	1	1	1	1	1	1	Invation Cup Shorttrack				
40	04 okt. - 10 okt.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
41	11 okt. - 17 okt.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
42	18 okt. -24 okt.	7.2 Compensatie	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
43	25 okt. - 31 okt.	1	1	7.3 Compensatie	1	NK afstanden						
44	01 nov. - 07 nov.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
45	08 nov. - 14 nov.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
46	15 nov. 21 nov.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
47	22 nov. - 28 nov.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
48	29 nov. - 05 dec.	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	
49	06 dec. - 12 dec.	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	
Corona Comp.	11-dec	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	
Corona Comp.	12-dec	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	
50	13 dec. - 19 dec.	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	
VANAF 19-12-2021 VOLLEDIGE LOCKDOWN BREEDTESPORT												
51	20 dec. - 26 dec.	Kerstvakantie	Kerstvakantie	Kerstvakantie	Kerstvakantie	kerstavond	Kerstavond	1e kerstdag	1e kerstdag	1e kerstdag	2e kerstdag	
	Subtotaal 2021	13	13	12	13	13	12	13	13	12	13	
52	27 dec. - 02 jan.	OKT					Oudejaarsdag	Oudejaarsdag	Nieuwjaarsdag	Nieuwjaarsdag	Nieuwjaarsdag	0
1	03 jan. - 09 jan.	0	0	0	Buiten contract	EK Afstanden						
2	10 jan. - 16 jan.	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	
3	17 jan. - 23 jan.	1	4.1 +6.3 + 7.4 Compensatie	1	Buiten contract	NK Allround & Sprint						
4	24 jan. - 30 jan.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
5	31 jan. - 06 febr.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
6	07 febr. - 13 febr.	1	1	1	1	1	Shorttrack	1	1	1	1	
7	14 febr. - 20 febr.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
8	21 febr. - 27 febr.	1	4.1 +6.3 + 7.4 Compensatie	1	1	1	1	1	1	1	1	
9	28 febr. - 06 mrt.	1	1	1	1	1	1	Viking Race			1	
10	07 mrt. - 13 mrt	7.2 Compensatie	7.3 Compensatie	1	1	Worldcup Finale						
Subtotaal		7	5	8	7	6	5	6	6	6	7	
compensatie trainingen		0	2	0	0	0	2	1	1	2	0	
Buiten Contract i.v.m. diverse activiteiten		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Totaal		20	20	20	20	19	19	20	20	20	20	

Compensatie allen 11-12

Corona Comp.

Compensatie 15-12 ( 1.2, 4.1, 6.3 en 7.4)

Compensatie allen 18-12

Op basis uitkomst persconferentie 14-01-2021

Compensatie mogelijk uitval Viking Race

Thialf	Tournooien
02 -03-10-2021	Shorttrack Invitation Cup
29-31-10-2021	NK Afstanden
27-31-12-2021	OKT
07-09-01-2022	EK Afstanden
21-23-01-2022	NK
04-05-03-2022	Viking Race
11-13-03-2022	Worldcup Finale

Bij uitval Viking Race /Compensatie mogelijk			
06-mrt Compensatie	6 uren		
400	7.2 +5.2	8.45	9.45
400	7.3	10.00	11.00
400	6.2 + 1.2	11.15	12.15
333	3 + pupillen 1.1/	11.15	12.15
400	4.2	12.30	13.30
400	3.2	13.45	14.45