	Maandag		Dinsdag		Woensdag		Donderdag		Vrijdag	
	Veld 1 A/B	Veld 1 C/D	Veld 1 A/B	Veld 1 C/D	Veld 1 A/B	Veld 1 C/D	Veld 1 A/B	Veld 1 C/D	Veld 1 A/B	Veld 1 C/D
17 00			JJ Training E6/F							
17 15										
17 30										
17 45										
18 00	MO16-1	MO14-1			MO18-2		MO14-1			
18 15			JA-Mix	JC-Mix						
18 30										
18 45										
19 00										
19 15										
19 30	Trimmers	MO16-2			MO18-1		JA-Mix			Dames 1
19 45										
20 00			Heren 1			Veteranen/Dames			Heren 1	
20 15										
20 30										
20 45										
21 00										
21 15										
21 30										
21 45										
22 00										
22 15										
22 30										
22 45										

Trainerslegenda:

- Elias Wolters
- Jan-Hendrik Damman/Richard Jagers
- Richard Jagers/Steven Nijhof
- Steven Nijhof
- Steven Nijhof/Jaap Jonker
- Omar Verwaerde
- Johan Bode/Bart van de hoek
- **Jacques Justus**
- **Richard Jagers**
- Jan-Hendrik Damman
- Jaap Jonker
- Nick Rugenbrink
- Rosalie Boer/Manon Buiteman

	Maandag		Dinsdag		Woensdag		Donderdag		Vrijdag	
	Veld 2 A/B	Veld 2 C/D	Veld 2 A/B	Veld 2 C/D	Veld 2 A/B	Veld 2 C/D	Veld 2 A/B	Veld 2 C/D	Veld 2 A/B	Veld 2 C/D
17 00			MO12-1							
17 15										
17 30										
17 45										
18 00										
18 15										
18 30										
18 45										
19 00										
19 15	Keeperstraining Senioren									
19 30										
19 45										
20 00										
20 15										
20 30										
20 45										
21 00										
21 15										
21 30										
21 45										
22 00										
22 15										
22 30										
22 45										