

Zwemrooster versie 19-2-2022

Groep leszwemmen	Dag	van	tot	bad	Indicatie leeftijd	
Superspetters	Dinsdag	18.00 uur	19.00 uur	15m + 25m bad	5-6 jaar	
Superspetters	Donderdag	18.00 uur	19.00 uur	15m + 25m bad	5-6 jaar	

Jongens						
Groep beginners	Dag	van	tot	bad	Indicatie leeftijd	
Minioren/Minipupillen (zwem)	Maandag	18.00 uur	19.00 uur	25m bad	vanaf 6 jaar	mits in bezit van zwemdiploma
Minioren/Minipupillen (polo)	Dinsdag	19.00 uur	20.00 uur	15m bad	vanaf 6 jaar	mits in bezit van zwemdiploma
Minioren/Minipupillen (zwem)	Vrijdag	18.00 uur	19.00 uur	25m bad	vanaf 6 jaar	mits in bezit van zwemdiploma

Groep	Dag	van	tot	bad	Jongens	Meisjes
					Vanaf geboortejaar	Vanaf geboortejaar
Zwemselectie*	Maandag	19.00 uur	20.00 uur	25m bad	2009	2010
Zwemselectie	Dinsdag	18.00 uur	19.00 uur	25m bad	2009	2010
Zwemselectie* (hybride uur)	Woensdag	19.00 uur	20.30 uur	25m bad	2010	2011
Zwemselectie	Donderdag	19.00 uur	20.00 uur	25m bad	2009	2010
Zwemselectie*	Vrijdag	18.45 uur	19.45 uur	Core training	2009	2010
Zwemselectie*	Vrijdag	20.00 uur	21.30 uur	25m bad	2009	2010

Hybride uur op woensdag is een uur waarbij de oudste leeftijd van de minioren extra mogen komen trainen bij de junioren

* voor de jongste groep binnen de zwemselectie is er op maandag/woensdag/vrijdag specifiek een trainer voor deze groep aanwezig

Het heeft dus de voorkeur om allereerst op de maandag, woensdag en vrijdag te komen trainen en daarna meer te gaan doen

Groep	Dag	van	tot	bad	Indicatie leeftijd
Waterpolo Jeugd < 15 + < 17	Dinsdag	19.00 uur	20.00 uur	25m bad	12-17 jaar
Waterpolo Jeugd < 15 + < 17	Donderdag	18.00 uur	19.00 uur	25m bad	12-17 jaar

Groep	Dag	van	tot	bad	Indicatie leeftijd
Waterpolo Dames	Dinsdag	20.00 uur	21.00 uur	25m bad	18 jaar en ouder
Waterpolo Dames	Vrijdag	20.00 uur	21.00 uur	te Zetten	18 jaar en ouder

Groep	Dag	van	tot	bad	Indicatie leeftijd
Waterpolo Heren	Dinsdag	20.00 uur	21.00 uur	25m bad	18 jaar en ouder
Waterpolo Heren	Donderdag	21.00 uur	22.00 uur	25m bad	18 jaar en ouder

Groep	Dag	van	tot	bad	Indicatie leeftijd
Masters	Maandag	21.00 uur	22.00 uur	25m bad	25 jaar en ouder
Masters	Dinsdag	6.30 uur	7.30 uur	25m bad	25 jaar en ouder
Masters	Woensdag	20.30 uur	21.30 uur	25m bad	25 jaar en ouder
Masters	Donderdag	20.00 uur	21.00 uur	25m bad	25 jaar en ouder
Masters	Zaterdag	8.00 uur	9.00 uur	25m bad	25 jaar en ouder
Masters	Zaterdag	9.00 uur	10.00 uur	25m bad	25 jaar en ouder
Masters	Zaterdag	10.00 uur	11.00 uur	25m bad	25 jaar en ouder

Groep	Dag	van	tot	bad	Indicatie leeftijd
Aquafit	Dinsdag	20.00 uur	21.00 uur	15m bad	Geen

Groep	Dag	van	tot	bad	Indicatie leeftijd
Keepfit	Donderdag	19.00 uur	19.45 uur	15m bad	Geen