

seizoen 2009-2010

Recreatief zwemmen in het Zeesterbad

Maandag				
van	tot	groep	afdeling	trainer
7:30	-	8:30	Trimzwemmen	Trimmen Bertus van Druten
8:30	-	9:30	Trimzwemmen	Trimmen Frans Jozef Vos
9:30	-	10:30	Trimzwemmen	Trimmen Frans Jozef Vos
10:30	-	11:30	Trimzwemmen	Trimmen Frans Jozef Vos
21:30	-	22:30	Trimzwemmen/Fitness	Trimmen Frank Prinsen

Dinsdag				
van	tot	groep	afdeling	trainer
7:30	-	8:30	Trimzwemmen	Trimmen Bertus van Druten
8:30	-	9:30	Aquajoggen	Trimmen Frans Jozef Vos
9:30	-	10:30	Trimzwemmen	Trimmen Frans Jozef Vos
10:30	-	11:30	Trimzwemmen	Trimmen Frans Jozef Vos
11:30	-	12:30	Trimzwemmen	Trimmen Frans Jozef Vos
13:30	-	14:30	Allochtonen ABC alleen dames	Rejan / Ans

Woensdag				
van	tot	groep	afdeling	trainer
7:30	-	8:30	Trimzwemmen	Trimmen Bertus van Druten
11:00	-	12:00	Trimzwemmen	Trimmen Gerda van de Braak
20:30	-	21:30	Allochtonen ABC	Trimmen Sami / Gillie
21:30	-	22:30	Trimzwemmen/Fitness	Trimmen Sami

Donderdag				
van	tot	groep	afdeling	trainer
7:30	-	8:30	Trimzwemmen	Trimmen Bertus van Druten
9:30	-	10:30	Trimzwemmen	Trimmen Debbie Krullaards
10:30	-	11:30	Trimzwemmen	Trimmen Debbie Krullaards

Vrijdag				
van	tot	groep	afdeling	trainer
7:30	-	8:30	Trimzwemmen	Trimmen Bertus van Druten
8:30	-	9:30	Aquajoggen	Trimmen Irma Vos
9:30	-	10:30	Trimzwemmen	Trimmen Irma Vos
10:30	-	11:30	Trimzwemmen	Trimmen Irma Vos
21:00	-	22:00	Trimzwemmen / Fitness / Kader	Trimmen Jan de Bruin
21:00	-	23:00	Kaderzwemmen/Schoonmaak	Trimmen Jan de Bruin