Live feed: https://docs.google.com/spreadsheets/d/1k1IoYc89pUieWqyfX6GrKlhNoxYvFe2l52am2Vb0YM/edit?usp=sharing

Tr. leden
U5 / U6
U7 / U8
U9 / U10
U11 / U12
U14 BOYS
U14 GIRLS
U16 BOYS
U16 GIRLS
U19 BOYS
U19 GIRLS
G-HOCKEY
Senioren
GLAM
GK
VERHUURD

INDOOR TRAININGSCHEDULE 2026 - 2027 / ONEVEN WEEK

Monday	FIELD 1		FIELD 2		FIELD 3	FIELD 4	FYSIEK / OUTDOOR
							Teams
17:00 - 17:15						GK U12 B1 & G1 G1 G2 U14 B1 B2 G1 G2	
17:15 - 17:30	U11 Girls 1	U12 Girls 1	U12 Boys 1	U12 Boys 2	U14 Boys 2		
17:30 - 17:45						Verhuur voor competitie	
17:45 - 18:00							
18:00 - 18:15						GK U16 B2 B3 G1 U16 G2 G3 U19 G3 G4	
18:15 - 18:30							
18:30 - 18:45	U16 Boys 1		U14 Boys 1		U16 Boys 2		
18:45 - 19:00							
19:00 - 19:15						GK U16B1 U19 B1 B2 B3 U16 G1 U19 G1 G2	
19:15 - 19:30							
19:30 - 19:45						Verhuur voor competitie	
19:45 - 20:00							
20:00 - 20:15	GLAM		GLAM		GLAM	GLAM	
20:15 - 20:30							
20:30 - 20:45							
20:45 - 21:00							
21:00 - 21:15							
21:15 - 21:30							
21:30 - 21:45							
21:45 - 22:00							

Tuesday	FIELD 1		FIELD 2		FIELD 3	FIELD 4	FYSIEK / OUTDOOR
							Teams
17:00 - 17:15							
17:15 - 17:30	U14 Girls 1		U14 Girls 2		U16 Girls 3		
17:30 - 17:45							
17:45 - 18:00							
18:00 - 18:15							
18:15 - 18:30							
18:30 - 18:45	U16 Girls 1		U19 Girls 3		U19 Girls 4	U19 Boys 3	
18:45 - 19:00							
19:00 - 19:15							
19:15 - 19:30							
19:30 - 19:45	U16 Girls 2		U19 Girls 2		VERHUURD	VERHUURD	
19:45 - 20:00							
20:00 - 20:15							
20:15 - 20:30							
20:30 - 20:45							
20:45 - 21:00							
21:00 - 21:15	D1		D2				
21:15 - 21:30							
21:30 - 21:45							
21:45 - 22:00							

Wednesday	FIELD 1		FIELD 2		FIELD 3	FIELD 4	FYSIEK / OUTDOOR
							Teams
14:00 - 14.15							
14.15 - 14.30	U11 Girls 1	U10 Boys 1	U5/U6		U7 + U7 trainende leden		
14.30 - 14.45							
14.45 - 15.00							
15.00 - 15.15							
15.15 - 15.30	U9 Girls 1	U9 Boys 1	U9 Girls 2	U9 Boys 2	U8 + U8 trainende leden		
15.30 - 15.45							
15.45 - 16.00							U14 Girls 1
16.00 - 16.15							
16.15 - 16.30	U12 Boys 1	U12 Girls 1	U12 Boys 2	U12 Girls 2	Trainende leden U9 t/m U12	Trainende leden U14 t/m U19	
16.30 - 16.45							
16.45 - 17.00							U14 Girls 2 / U16 Girls 1
17.00 - 17.15							
17.15 - 17.30	U14 Girls		U14 Boys 1		G-HOCKEY	VERHUURD	
17.30 - 17.45							
17.45 - 18.00							U16 Girls 2
18.00 - 18.15							
18.15 - 18.30	U16 Boys 1		U16 Girls 1		U14 Girls 2		
18.30 - 18.45							
18.45 - 19.00							
19.00 - 19.15							
19.15 - 19.30	U19 Girls 1		U16 Girls 2		U14 Boys 2		U19 Boys 1
19.30 - 19.45							
19.45 - 20.00							
20.00 - 20.15			U16 Boys 2		U16 Boys 3		
20.15 - 20.30							
20.30 - 20.45							
20.45 - 21.00	U19 Boys 1						
21.00 - 21.15			U19 Boys 2			VERHUURD	
21.15 - 21.30							
21.30 - 21.45							
21.45 - 22.00							

Thursday	FIELD 1		FIELD 2		FIELD 3	FIELD 4	FYSIEK / OUTDOOR
							Teams
17:00 - 17:15							
17:15 - 17:30						Verhuur trainingen en competitie	
17:30 - 17:45	VERHUURD		VERHUURD		VERHUURD		
17:45 - 18:00							
18:00 - 18:15						VERHUURD	
18:15 - 18:30							
18:30 - 18:45							
18:45 - 19:00							
19:00 - 19:15							
19:15 - 19:30							
19:30 - 19:45							
19:45 - 20:00							
20:00 - 20:15							
20:15 - 20:30							
20:30 - 20:45	GLAM		GLAM		GLAM		
20:45 - 21:00							
21:00 - 21:15						Verhuur trainingen en competitie	
21:15 - 21:30							
21:30 - 21:45							
21:45 - 22:00							

Friday	FIELD 1		FIELD 2		FIELD 3		FIELD 4		FYSIEK / OUTDOOR
									Teams
17:00 - 17:15									
17:15 - 17:30	U9 Girls 1	U9 Boys 1	U10 Boys 1	U11 Girls 1	U9 Girls 2	U9 Boys 2	U7 + U7 trainende leden		
17:30 - 17:45									
17:45 - 18:00									U14 Boys 1 / U14 Boys 2
18:00 - 18:15									
18:15 - 18:30	U14 Girls 1		U14 Girls 2	Trainende leden U9 t/m U12	U12 Boys 2	U12 Girls 2	U8 + U8 trainende leden		
18:30 - 18:45									U16 Boys 1 / U16 Boys 2
18:45 - 19:00									
19:00 - 19:15									
19:15 - 19:30	U16 Girls 1		U16 Girls 2		U12 Boys 1	U12 Girls 1	U16 Boys 3	Trainende leden U14 t/m U19	
19:30 - 19:45									
19:45 - 20:00									U19 Girls 1 / U19 Girls 2
20:00 - 20:15									
20:15 - 20:30	U19 Boys 1		U16 Girls 3		U19 Boys 2		U19 Boys 3		
20:30 - 20:45									
20:45 - 21:00									
21:00 - 21:15									
21:15 - 21:30	U19 Girls 1		U19 Girls 2		U19 Girls 3		U19 Girls 4		
21:30 - 21:45									
21:45 - 22:00									

Saturday	FIELD 1		FIELD 2		FIELD 3	FIELD 4	FYSIEK / OUTDOOR
							Teams
12.00 - 12.15							
12.15 - 12.30	U5/U6						
12.30 - 12.45							
12.45 - 13.00							

INDOOR TRAININGSCHEDULE 2026 - 2027 / EVEN WEEK

Monday	FIELD 1		FIELD 2		FIELD 3	FIELD 4	FYSIEK / OUTDOOR
							Teams
17:00 - 17:15						GK U12 B1 & G1 G1 G2 U14 B1 B2 G1 G2	
17:15 - 17:30	U11 Girls 1	U10 Boys 1	U12 Boys 1	U12 Boys 2	U14 Boys 2		
17:30 - 17:45						Verhuur voor competitie	
17:45 - 18:00							
18:00 - 18:15						GK U16 B2 B3 G1 U16 G2 G3 U19 G3 G4	
18:15 - 18:30							
18:30 - 18:45	U16 Boys 1		U14 Boys 1		U16 Boys 2		
18:45 - 19:00							
19:00 - 19:15						GK U16B1 U19 B1 B2 B3 U16 G1 U19 G1 G2	
19:15 - 19:30							
19:30 - 19:45						Verhuur voor competitie	
19:45 - 20:00							
20:00 - 20:15	GLAM		GLAM		GLAM	GLAM	
20:15 - 20:30							
20:30 - 20:45							
20:45 - 21:00							
21:00 - 21:15							
21:15 - 21:30							
21:30 - 21:45							
21:45 - 22:00							

Tuesday	FIELD 1		FIELD 2		FIELD 3	FIELD 4	FYSIEK / OUTDOOR
							Teams
17:00 - 17:15							
17:15 - 17:30	U14 Girls 1		U14 Girls 2		U16 Girls 3		
17:30 - 17:45							
17:45 - 18:00							
18:00 - 18:15							
18:15 - 18:30							
18:30 - 18:45	U16 Girls 1		U19 Girls 3		U19 Girls 4	U19 Boys 3	
18:45 - 19:00							
19:00 - 19:15							
19:15 - 19:30							
19:30 - 19:45	U16 Girls 2		U19 Girls 2		VERHUURD	VERHUURD	
19:45 - 20:00							
20:00 - 20:15							
20:15 - 20:30							
20:30 - 20:45							
20:45 - 21:00							
21:00 - 21:15	D1		D2				
21:15 - 21:30							
21:30 - 21:45							
21:45 - 22:00							

Wednesday	FIELD 1		FIELD 2		FIELD 3	FIELD 4	FYSIEK / OUTDOOR
							Teams
14:00 - 14.15							
14.15 - 14.30	U11 Girls 1	U10 Boys 1	U5/U6		U7 + U7 trainende leden		
14.30 - 14.45							
14.45 - 15.00							
15.00 - 15.15							
15.15 - 15.30	U9 Girls 1	U9 Boys 1	U9 Girls 2	U9 Boys 2	U8 + U8 trainende leden		
15.30 - 15.45							
15.45 - 16.00							U14 Boys 1
16.00 - 16.15							
16.15 - 16.30	U12 Boys 1	U12 Girls 1	U12 Boys 2	U12 Girls 2	Trainende leden U9 t/m U12	Trainende leden U14 t/m U19	
16.30 - 16.45							
16.45 - 17.00							U16 Boys 1
17.00 - 17.15							
17.15 - 17.30	U14 Girls		U14 Boys 1		G-HOCKEY	VERHUURD	
17.30 - 17.45							
17.45 - 18.00							U14 Boys 2
18.00 - 18.15							
18.15 - 18.30	U16 Boys 1		U16 Girls 1		U14 Girls 2		
18.30 - 18.45							
18.45 - 19.00							U16 Boys 2
19.00 - 19.15							
19.15 - 19.30	U19 Girls 1		U16 Girls 2		U14 Boys 2		U19 Boys 1
19.30 - 19.45							
19.45 - 20.00							
20.00 - 20.15			U16 Boys 2		U16 Boys 3		
20.15 - 20.30							
20.30 - 20.45							
20.45 - 21.00	U19 Boys 1						
21.00 - 21.15			U19 Boys 2			VERHUURD	
21.15 - 21.30							
21.30 - 21.45							
21.45 - 22.00							

Thursday	FIELD 1		FIELD 2		FIELD 3	FIELD 4	FYSIEK / OUTDOOR
							Teams
17:00 - 17:15							
17:15 - 17:30						Verhuur trainingen en competitie	
17:30 - 17:45	VERHUURD		VERHUURD		VERHUURD		
17:45 - 18:00							
18:00 - 18:15						VERHUURD	
18:15 - 18:30							
18:30 - 18:45							
18:45 - 19:00							
19:00 - 19:15							
19:15 - 19:30							
19:30 - 19:45							
19:45 - 20:00							
20:00 - 20:15							
20:15 - 20:30							
20:30 - 20:45	GLAM		GLAM		GLAM		
20:45 - 21:00							
21:00 - 21:15						Verhuur trainingen en competitie	
21:15 - 21:30							
21:30 - 21:45							
21:45 - 22:00							

Friday	FIELD 1		FIELD 2		FIELD 3		FIELD 4		FYSIEK / OUTDOOR
									Teams
17:00 - 17:15									
17:15 - 17:30	U9 Girls 1	U9 Boys 1	U10 Boys 1	U11 Girls 1	U9 Girls 2	U9 Boys 2	U7 + U7 trainende leden		
17:30 - 17:45									
17:45 - 18:00									U14 Boys 1 / U14 Boys 2
18:00 - 18:15									
18:15 - 18:30	U14 Boys 1		U14 Boys 2	Trainende leden U9 t/m U12	U12 Boys 2	U12 Girls 2	U8 + U8 trainende leden		
18:30 - 18:45									U16 Boys 1 / U16 Boys 2
18:45 - 19:00									
19:00 - 19:15									
19:15 - 19:30	U16 Boys 1		U16 Boys 2		U12 Boys 1	U12 Girls 1	U16 Boys 3	Trainende leden U14 t/m U19	
19:30 - 19:45									
19:45 - 20:00									U19 Girls 1 / U19 Girls 2
20:00 - 20:15									
20:15 - 20:30	U19 Boys 1		U16 Girls 3		U19 Boys 2		U19 Boys 3		
20:30 - 20:45									
20:45 - 21:00									
21:00 - 21:15									
21:15 - 21:30	U19 Girls 1		U19 Girls 2		U19 Girls 3		U19 Girls 4		
21:30 - 21:45									
21:45 - 22:00									

Saturday	FIELD 1		FIELD 2		FIELD 3	FIELD 4	FYSIEK / OUTDOOR
							Teams
12.00 - 12.15							
12.15 - 12.30	U5/U6						
12.30 - 12.45							
12.45 - 13.00							

Toelichting

We werken in het schema met een oneven en even week. Het seizoen start op 23 november.
Met als gevolg dat het zaalseizoen start met een **even week** regeling

(Maandag) **Keepers bovenbouw**: Tijdens week 1 en week 2 zullen er keeperstrainingen aangeboden worden op maandag.

(Maandag) De **Glam** start vanaf 30 november op maandagen vanaf 20h00

(Dinsdag) Beide **dames** ploegen trainen op dinsdag na de jeugd

(Dinsdag) vanaf 19h45 worden **Daring** en **Vrijbroek** ontvangen

(Woensdag) **G-hockey** traint om 17h00. Is hetzelfde aanvangsuur als buiten

Recreatieve ploegen Onderbouw U7, U8, U9, U10, U12
Deze ploegen kunnen genieten van 2 volwaardige trainingen. Beide trainingen duren elks 60 minuten.

Tophockey ploegen U11 en U12
Deze ploegen trainen 3 keer indoor.
De indoorsessies voor deze ploegen bestaan uit 1 sessies van 75 minuten en 2 sessies van 60minuten.

Tophockyploegen U14 en U16
Deze ploegen trainen afhankelijk van de week, 2 tot 3 keer indoor - zie oneven en even week.
Daarnaast hebben deze ploegen 1 uur fysiek dit op woensdag of vrijdag, afhankelijk van de week, oneven of even.
De indoorsessies voor deze ploegen bestaan uit 75 minuten en 1 of 2 keer 60minuten, afhankelijk van de week.
De fysieke training duurt 60minuten (gym, topen, agility op het veld, ...). De training gaat door op op woensdag als de ploeg op vrijdag indoor traint. Indien de ploeg niet indoor dan gaat de fysiek door op vrijdag, zie oneven en even week.
Zo zorgen we ervoor dat alle ploegen op vrijdag aanwezig zijn op de club.

Tophockyploegen U19
Deze ploegen trainen 2 keer indoor, daar de eerste 90 minuten is en de 2e sessie is 1uur.
Zij hebben ook 1 sessie van 60 minuten fysiek

Recreatieve ploegen U16 en U19
Deze ploegen kunnen genieten van 2 volwaardige trainingen. Beide trainingen duren elks 60 minuten.

Trainende leden trainen U9 t/m U19
Deze ploegen trainen 2 keer per week

Tijdens de maand november en december zullen er geen **fysieke trainingen** doorgaan op woensdagen. Zodoende dat de scholieren zich kunnen focussen op hun studies. De fysieke sessies van de U19B1 op woensdag worden in de maanden november en december georganiseerd op vrijdag.

TRAININGSCHEDULE 2026-2027

MAANDAG	WATER 1A	WATER 1B	WATER 2A	WATER 2B	WATER 3A	WATER 3B	CAGE
17.15 - 18.45	U11/12 17.15 - 18.45 U12B1, U12B2, U12G1, U11G1 GK: U12B1, U12G1				U14G2 17.15 -18.45	U14B2 17.15 - 18.45	GK SCHOOL 17u30 - 18u30 U14B1, U14G1, U16B1, U16G1, U16G2, U16B2
18.45 - 20.15	U16B1 18.45 - 20.15	U14B1 18.45 - 20.15	U16G1 18.45 - 20.15	U14G1 18.45 - 20.15	U16B2 18.45 - 20.15	U16G2 18.45 - 20.15	18u30 - 19u30 U14B2 3X, U14G2 2X, U16G3, U16B3 19u30 - 20u30
20.30 - 22.00	U19B1 20.30 - 22.00	U19G1 20.30 - 22.00	Ladies / Gents Gents 1 Gents 2	20.30 - 22.00 Gents 3 Gents 4	Ladies / Gents Ladies 1 Ladies 2	20.30 - 22.00 Junior ladies	U19B1, B2, B3, U19G1, G2, G3 20u30 - 21u30 H2, D2, H3, GLAM

DINSDAG	WATER 1A	WATER 1B	WATER 2A	WATER 2B	WATER 3A	WATER 3B	CAGE
17.30 - 18.00	D1 17.15 - 19.15		PDP 17.30 - 18.45				
18.00 - 18.30							
18.30 - 19.00					U19G2 18.30 - 20.00		
19.00 - 19.30							
19.30 - 20.00	H1 19.15 - 21.15			D8 19.00 - 20.15			
20.00 - 20.30			Dames 2 20.00 - 22.00	D3 20.15 - 21.45			
20.30 - 21.00					D4 20.30 - 22.00	D5 20.30 - 22.00	
21.00 - 21.30							
21.30 - 22.00							

WOENSDAG	WATER 1A	WATER 1B	WATER 2A	WATER 2B	WATER 3A	WATER 3B	CAGE	GK SCHOOL	FYSIEK
14.00 - 15.30	14.00 - 15.15 U5-U6	14.00 - 15.15 U7B x3 + U7G x2 Trainende leden U7			U9/10 14.00 - 15.25 U10B1 U9B1 U9G1 Trainende leden U10-12	U9B2 U9G2 Tadeo	Proef training U5/6 14u - 15u Proef training U7/8/9 15u - 16u	14.00 - 15.00 U9/10 15.30 - 16.30 U12B2, U12G2, U11G1	14.45 - 15.30 U12B1 , U12G1 15.30 - 16.15 16.15 - 17.00 U16B2, U14B2 17.00 - 17.45 U14G2 17.45 - 18.30 U14G1, U14B1, U16G2 18.30 - 19.15 U16B1, U16G1 19.15 - 20.00 U19B1, U19G1, U19G2
15.30 - 17.00	TR leden U14 - U19	15.30 - 16.55 U8B x3 + U8G x2 TR leden U8, U9	U12G, U11G 15.30 - 16.55 U12G2 U12G1 U11G1		U12B 15.30 - 16.55 U12B1 U12B2	U14G2 15.30 - 16.55	Proef training U10/11/12 16u - 17u		
17.00 - 18.30	U16G1 17.00 - 18.30	U16B1 17.00 - 18.30	U16B2 17.00 - 18.30	U16B3 17.00 - 18.30	U16G3 17.00 - 18.30 U14B2 17.00 - 18.30 G-Hockey 17.00 - 18.30		Proef training U14-U19 17u - 18u		
18.30 - 20.00	U14B1 18.30 - 20.00	U14G1 18.30 - 20.00	U16G2 18.30 - 20.00	U19G4 18.30 - 20.00	U19B2 18.30 - 20.00	U19B3 18.30 - 20.00			
20.00 - 20.30	U19B1 20.00 - 21.30	H2 20.00 - 22.00	U19G1 20.00 - 21.30	U19G2 20.00 - 21.30	U19G3 20.00 - 21.30				
21.30 - 22.00									

DONDERDAG	WATER 1A	WATER 1B	WATER 2A	WATER 2B	WATER 3A	WATER 3B	CAGE
	H1 14.30 - 15.45						
	D1 16.00 - 17.30				117 training		
19.00 - 19.30	H1 17.45 - 19.15		D6 19.00 - 20.30				
19.30 - 20.00	D1 19.15 - 21.15						19.30 - 20.30 GK TRAINING Senioren Heren , Dames , GLAM, U19G4
20.00 - 20.30							
20.30 - 21.00			H4 20.30 - 22.00	All stars 20.30 - 22.30	GLAM 20.30 - 22.30		20.30 - 21.30 GK TRAINING Senioren Heren , Dames , GLAM
21.00 - 21.30							
21.30 - 22.00							
22.00 - 22.30							

VRIJDAG	WATER 1A	WATER 1B	WATER 2A	WATER 2B	WATER 3A	WATER 3B	CAGE
15.30 - 17.00	D1 15.15 - 17.15						
17.00 - 18.00			U7/U8 17.00 - 18.00 U7 (U6 2de ronde) TR leden U7, U8, U9	U8	U9/U10 17.00 - 18.00 U9G1 U9B1 U10B1	U9G2 U9B2 TR leden U10, U12	
18.00 - 19.00	H1 17.15 - 19.00 Phil, Rolo		U16B1 18.00 - 19.00	U14G2 18.00 - 19.00	U12 18.00 - 19.00 U12B1 U12B2	U11G1 U12G1 U12G2	Trainende leden U14-U19
19.00 - 20.00	U14G1 19.00 - 20.00	U16G1 19.00 - 20.00	U14B1 19.00 - 20.00 U14B2 19.00 - 20.00 U16G2 19.00 - 20.00		U16B2 19.00 - 20.00 U16B3 19.00 - 20.00 U16G3 19.00 - 20.00		
20.00 - 21.00	U19B1 20.00 - 21.00	U19G1 20.00 - 21.00	U19B3 20.00 - 21.00 U19B2 20.00 - 21.00 D8 20.00 - 21.00		U19G2 20.00 - 21.00 U19G3 20.00 - 21.00 U19G4 20.00 - 21.00		
21.00 - 22.30	H2 21.00 - 22.30	D2 21.00 - 22.30	H3 21.00 - 22.30				

ZATERDAG	U5/U6	CAGE	
12.00 - 13.15			Proef training U5 - U6 12.00 - 13.00 Proef training U7 - U8 - U9 13.00 - 14.00 Proef training U10 - U11 - U12 14.00 - 15.00