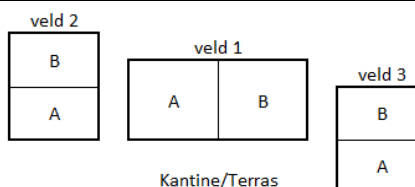




TRAININGSPLAN DOSC VOETBAL SEIZOEN 2021-2022

versie 5 d.d. 12 september 2021



DAG	TIJD	VELD 2	VELD 1	VELD 3
Maandag	17.00-18.00	A O8-1, 2 B O8-3,4 + O13-3	A O10-1, 2 B O10-3, 4, 5, MO10-1	A O9-1, 2 B O9-3, 4, 5, M09-1
	18.00-19.00	A O12-1,2 B O12-3,4	A O11-1,2 B O11-3,4,5	A MO13-1 B O12-5
	19.00-20.00	A O17-1 B O16-2	A O13-1 B O13-2	A O15-3 B O14-3
	20.15-21.30	A 5de elftal B	A B O19-2	A O19-3 B O19-4
Dinsdag	17.00-18.00	A B	A B	A B
	18.00-19.00	A O16-1 B	A vrij voor B oefenwedstr.	A O15-1 B O15-2
	19.00-20.00	A O16-1 B	A vrij voor B oefenwedstr.	A O14-1 B O14-2
	20.15-21.30	A 2e elftal B	A 1e elftal B 1e elftal	A O19-1 B O19-1
Woensdag	16.00-17.00	A B	A 4x4 B	A B
	17.00-18.00	A O8-1, 2 B O8-3,4	A O10-1, 2 B O10-3, 4, 5, M10-1	A O9-1, 2 B O9-3, 4, 5, M09-1
	18.00-19.00	A O12-1,2 B O12-3,4,5	A O11-1,2 B O11-3 en O11-4,5	A MO13-1 B O13-3
	19.00-20.00	A B	A O13-1 B O13-2	A O15-3 B O14-3
	20.15-21.30	A O19-2 B	A 4de elftal - 35/45+ B 5de elftal	A O19-3 B O19-4
Donderdag	17.00-18.00	A B	A B	A B
	18.00-19.00	A O16-1 B	A B	A O15-1 B O15-2
	19.00-20.00	A O16-1 B O16-2	A O17-1 B Keepers 1e+2e+O19	A O14-1 B O14-2
	20.15-21.30	A 2de elftal B 3de elftal	A 1e elftal B	A recreanten B O19-1
Vrijdag	17.00-18.00	A B	A B	A B
	18.00-19.00	A Keepersschool* B Klemvast	A B	A B
	19.00-20.00	A Keepersschool B Klemvast	A 7x7 competitie** B 7x7 competitie	A B
	20.00-21.45	A Keepersschool B Klemvast	A 7x7 competitie B 7x7 competitie	A B

* Indien er geen 7x7 wedstrijden zijn kan de keepersschool verplaatsen naar het hoofdveld

** 35+ en 45+ thuiswedstrijden voor competitie (4x per jaar)