

Trainingen baanatletiek (update oktober 2011)

Trainerscoördinator van de trainers pupillen ABC en junioren CD is Pim Chermin (pim.chermin@hotmail.com). De specialisatietrainers (junioren AB en senioren) hebben geen trainerscoördinator. Contactpersoon vanuit het bestuur is Rineke Vasse (rineke.vasse@gmail.com). Tot en met junioren CD zijn de trainingen all-round om een brede ontwikkeling te stimuleren. Vanaf junior B kunnen atleten zich specialiseren en trainen ze bij specialisatietrainers. Er zijn geen vaste groepen; iedereen mag bij alle groepen meedoen.

Categorie	Baantraining	Zaaltraining (winter 2011-2012)
Pupillen BC en mini Dinsdag en donderdag 17.30-18.30	April t/m oktober <u>Trainers dinsdag:</u> Leroy Dinjens (om de week) Arno Bonfrère Lars Vorstermans Tunde Leidsman (om de week) <u>Trainers donderdag:</u> Leroy Dinjens (om de week) Arno Bonfrère Ine Dinjens Tom Vorstermans	November t/m maart Donderdag Sporthal Belfort, Beeldsnijdersdreef 100 (in de winter op dinsdag buiten)
Pupillen A Dinsdag en donderdag 17.30-19.00	April t/m oktober <u>Trainers dinsdag:</u> Pim Chermin Roos Heijerman Sanne van Hees <u>Trainers donderdag:</u> Pim Chermin Gemma de Roos Chelsea van Dijk Tey Berendschot	November t/m maart Donderdag Sporthal Belfort, Beeldsnijdersdreef 100 (in de winter op dinsdag buiten)
Junioren CD Dinsdag en donderdag 17.30-19.00	Maart t/m november <u>Trainers dinsdag:</u> Niek den Hertog Yorick Jansen Tunde Leidsman (om de week) <u>Trainers donderdag:</u> Niek den Hertog Ramon Rollinger Hugo Maathuis Pien de Ruitter (vanaf oktober)	December t/m februari Donderdag Sporthal Belfort, Beeldsnijdersdreef 100 (in de winter op dinsdag buiten)
JAB/senioren/masters:		
Maandag	19.00-20.30 Sprint Ben Callemeijn	(de hele winter buiten)
Maandag en woensdag	18.30-20.00 lange afstand Hub Tummers	(de hele winter buiten)
Maandag of woensdag	April t/m oktober Maandag 17.30-19.00 polsstokhoogspringen Matthew Versaggi (in overleg ook voor junioren CD, Matthew spreekt alleen Engels)	November t/m maart Woensdag 17.30-19.30 algemene oefeningen (kracht, lenigheid en coördinatie) Gymzaal Sint Pieter Burgemeester Ceulenstraat 60
Dinsdag	Maart t/m december 19.00-20.30 verspringen Marina Frederix	Januari en februari Dinsdag 18.30-20.00 Gymzaal Sint Pieter Burgemeester Ceulenstraat 60
Dinsdag en donderdag	19.00-20.30 Sprint Ben Callemeijn Horden Dick van Pelt (afhankelijk van werktijden) Werpen (kogel, discus, speer) Angèle Rollinger en Wilbert Huls	(de hele winter buiten)
Donderdag	19.00-20.30 Hoogspringen Tos Berendschot	(de hele winter buiten)