



TRAININGSSCHEMA 2024 - 2025

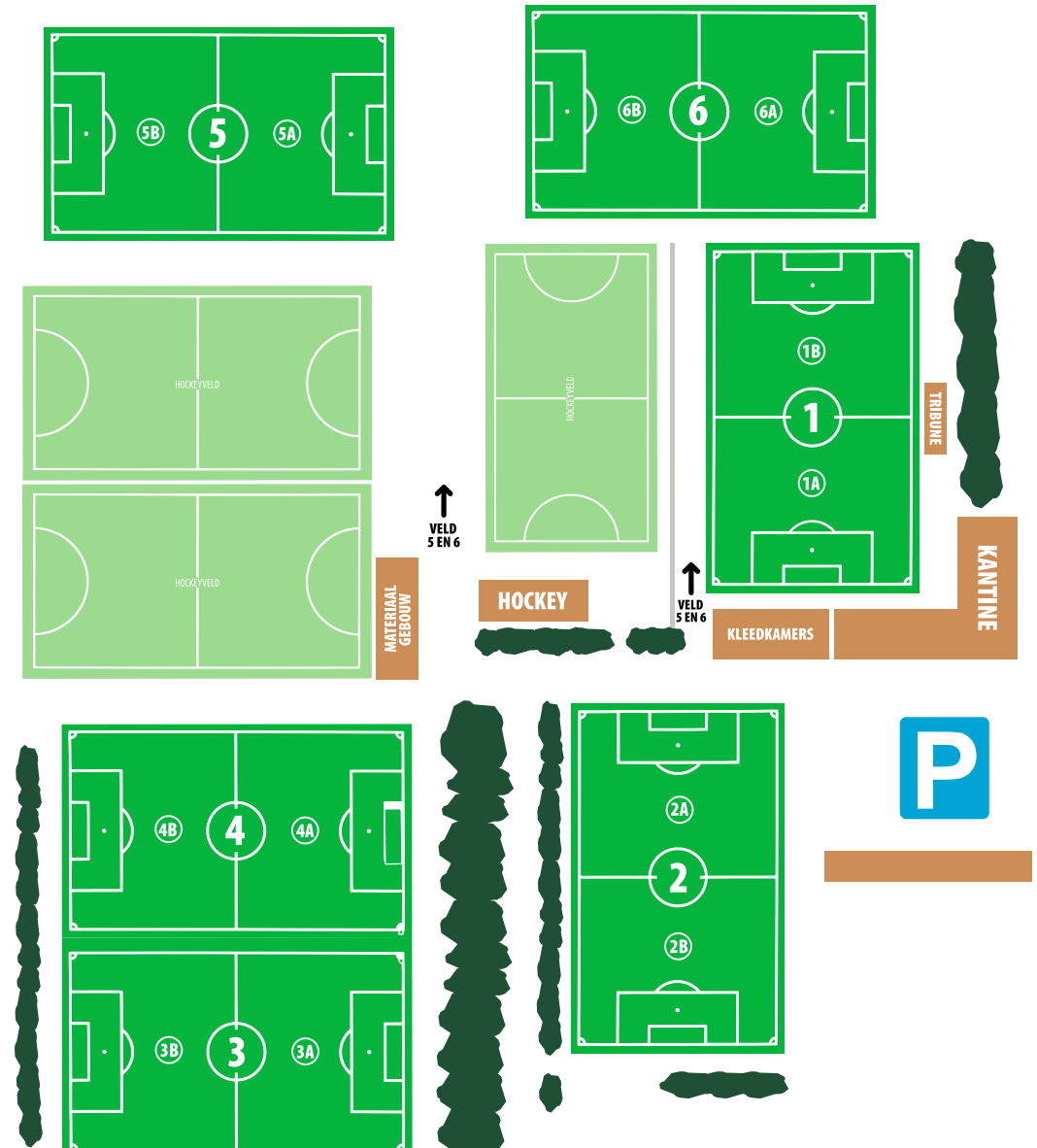
V.V. FOREHOLTE

m.i.v. 23 september 2024

VOORDAT WE BEGINNEN...

- Zorg dat je alle ballen weer meeneemt na de training
- Houd het ballenhok netjes
- Laat de kleedkamers schoon achter
- Als je de laatste bent sluit je het kleedkamergebouw af door de deur achter je dicht te trekken

**DANKJEWEL VOOR DE
MEDEWERKING!**



MAANDAG

VELDINDELING

VELD 1

17:30 - 18:45

J08

18:45 - 20:00

M013-1
M017-1

20:00 - 21:30

VR ZA 1
VR ZA 2

VELD 2

17:30 - 18:45

J09

18:45 - 20:00

J015-2
J015-3

20:00 - 21:30

VR ZA 3

VELD 3

17:30 - 18:45

J010

18:45 - 20:00

J013-1 &
Keepers

18:45 - 20:00

J019-1
J019-2

VELD 4

17:30 - 18:45

J011-3,4 en 5
M011

18:45 - 20:00

J015-1
J014-1

20:00 - 21:30

J017-1, Keepers
& Heren 1 + 2

VELD 5

17:30 - 18:45

J011

18:45 - 20:00

J013-2

20:00 - 21:30

Heren 1 + 2

VELD 6

MAANDAG

KLEEDKAMERINDELING

KLEEDKAMERS

<i>Team</i>	<i>Kleedkamer</i>
Heren 1+2	Kleedkamer 1+2+3
J019-1	Kleedkamer 4
J019-2	Kleedkamer 5
J017-1	Kleedkamer 6
J015-1	Kleedkamer 7
J015-2	Kleedkamer 8
J015-3	Kleedkamer 9
J014-1	Kleedkamer 10

<i>Team</i>	<i>Kleedkamer</i>
J013-1	Kleedkamer 11
J013-2	Kleedkamer 12
M013-1	Kleedkamer 13
M017-1	Kleedkamer 14
VR ZA 3	Kleedkamer 15
VR ZA 2	Kleedkamer 16
VR ZA 1	Kleedkamer 17

REGELS

Houd de kleedkamers schoon

Zorg ervoor dat je de kleedkamers schoon en opgeruimd achterlaat. Gooi afval in de daarvoor bestemde vuilnisbakken en ruim je persoonlijke spullen op na gebruik.

Beperk de tijd in de kleedkamers

Gebruik de kleedkamers alleen voor het omkleden, douchen en het klaarmaken voor of na de training of wedstrijd. Zorg ervoor dat je niet onnodig lang in de kleedkamer blijft hangen.

Meld eventuele problemen

Als je problemen opmerkt in de kleedkamer, zoals schade of defecte faciliteiten, meld dit dan aan de verantwoordelijke persoon of aan het bestuur van de sportvereniging.

DINSDAG

VELDINDELING

VELD 1

VELD 2

VELD 3

VELD 4

VELD 5

VELD 6

17:30 - 18:45
012

18:45 - 20:00
J016-1
J016-2

20:00 - 21:30
J019-1
J019-2

18:45 - 20:00
J014-2
J014-3

20:00 - 21:30
J019-4
J019-3

18:30 - 19:45
J013-1
J014-1

19:45 - 21:30
Heren 1 + 2

18:30 - 19:45
J015-1
J014-1

18:45 - 20:00
J019-5
J017-3

20:00 - 21:30
J017-1

DINSDAG

KLEEDKAMERINDELING

KLEEDKAMERS

<i>Team</i>	<i>Kleedkamer</i>
Heren 1+2	Kleedkamer 1+2+3
J019-1	Kleedkamer 4
J019-2	Kleedkamer 5
J017-1	Kleedkamer 6
J019-3	Kleedkamer 7
J019-4	Kleedkamer 8
J019-5	Kleedkamer 9
J017-2	Kleedkamer 10

<i>Team</i>	<i>Kleedkamer</i>
J017-3	Kleedkamer 11
J016-1 +2	Kleedkamer 12
J015-1	Kleedkamer 13
J014-1	Kleedkamer 14
J014-2+3	Kleedkamer 15
J013-1	Kleedkamer 16
J013-2	Kleedkamer 17

REGELS

Houd de kleedkamers schoon

Zorg ervoor dat je de kleedkamers schoon en opgeruimd achterlaat. Gooi afval in de daarvoor bestemde vuilnisbakken en ruim je persoonlijke spullen op na gebruik.

Beperk de tijd in de kleedkamers

Gebruik de kleedkamers alleen voor het omkleden, douchen en het klaarmaken voor of na de training of wedstrijd. Zorg ervoor dat je niet onnodig lang in de kleedkamer blijft hangen.

Meld eventuele problemen

Als je problemen opmerkt in de kleedkamer, zoals schade of defecte faciliteiten, meld dit dan aan de verantwoordelijke persoon of aan het bestuur van de sportvereniging.

WOENSDAG

VELDINDELING

i Let op! Andere tijden!

VELD 1

15:00 - 16:00

P21 + MBOR Techniektraining
J08 tm J012

16:45 - 17:45

J07
J06

VELD 2

17:30 - 18:45

M011-1

18:45 - 20:00

VR3
M017-1

20:00 - 21:30

Z0 5
ZA 6

VELD 3

17:30 - 18:45

Keepers

18:45 - 20:00

Keepers

20:00 - 21:30

ZA 4
ZA 5

VELD 4

17:30 - 18:45

Oefen

18:45 - 20:00

Oefen

20:00 - 21:30

Z0 2
Z0 6

VELD 5

17:30 - 18:45

J016-2

18:45 - 20:00

J015-3
J023-3

20:00 - 21:30

023-1
023-2

VELD 6

WOENSDAG

KLEEDKAMERINDELING

KLEEDKAMERS

<i>Team</i>	<i>Kleedkamer</i>
Overige Senioren	Kleedkamer 1+2+3
Overige Senioren	Kleedkamer 4
Overige Senioren	Kleedkamer 5
Overige Senioren	Kleedkamer 6
Overige Senioren	Kleedkamer 7
Overige Senioren	Kleedkamer 8
Oefen	Kleedkamer 9
Oefen	Kleedkamer 10

<i>Team</i>	<i>Kleedkamer</i>
J016-1	Kleedkamer 11
J015-3	Kleedkamer 12
M013-1	Kleedkamer 13
M017-1	Kleedkamer 14
VR ZA 3	Kleedkamer 15
VR ZA 2	Kleedkamer 16
VR ZA 1	Kleedkamer 17

REGELS

Houd de kleedkamers schoon

Zorg ervoor dat je de kleedkamers schoon en opgeruimd achterlaat. Gooi afval in de daarvoor bestemde vuilnisbakken en ruim je persoonlijke spullen op na gebruik.

Beperk de tijd in de kleedkamers

Gebruik de kleedkamers alleen voor het omkleden, douchen en het klaarmaken voor of na de training of wedstrijd. Zorg ervoor dat je niet onnodig lang in de kleedkamer blijft hangen.

Meld eventuele problemen

Als je problemen opmerkt in de kleedkamer, zoals schade of defecte faciliteiten, meld dit dan aan de verantwoordelijke persoon of aan het bestuur van de sportvereniging.

DONDERDAG

VELDINDELING

i Let op! Andere tijden!

VELD 1

VELD 2

VELD 3

VELD 4

VELD 5

VELD 6

17:30 - 18:30
J08

17:30 - 18:45
J011

17:30 - 18:45
J012

17:30 - 18:45
J010

17:30 - 18:30
J09

18:30 - 19:45
J015-2
M013-1

18:45 - 20:00
J014-2
J014-3

18:45 - 20:00
J013-1
J013-2

18:45 - 20:00
J015-1
J014-1

18:30 - 19:45
J016-1
J019-5

19:45 - 21:30
Heren 1

20:00 - 21:30
J017-3

20:00 - 21:30
J019-1
J019-2

20:00 - 21:30
Overige Senioren
J017-1

19:45 - 21:30
Heren 2

DONDERDAG

KLEEDKAMERINDELING

KLEEDKAMERS

<i>Team</i>	<i>Kleedkamer</i>
Heren 1+2	Kleedkamer 1+2+3
J019-1	Kleedkamer 4
J019-2	Kleedkamer 5
J017-1	Kleedkamer 6
Overige Senioren	Kleedkamer 7
J017-2	Kleedkamer 8
J017-3	Kleedkamer 9
J016-1	Kleedkamer 10

<i>Team</i>	<i>Kleedkamer</i>
J016-2	Kleedkamer 11
J015-1	Kleedkamer 12
J015-2	Kleedkamer 13
J014-1	Kleedkamer 14
J014-2+3	Kleedkamer 15
J013-1	Kleedkamer 16
J013-2	Kleedkamer 17

REGELS

Houd de kleedkamers schoon

Zorg ervoor dat je de kleedkamers schoon en opgeruimd achterlaat. Gooi afval in de daarvoor bestemde vuilnisbakken en ruim je persoonlijke spullen op na gebruik.

Beperk de tijd in de kleedkamers

Gebruik de kleedkamers alleen voor het omkleden, douchen en het klaarmaken voor of na de training of wedstrijd. Zorg ervoor dat je niet onnodig lang in de kleedkamer blijft hangen.

Meld eventuele problemen

Als je problemen opmerkt in de kleedkamer, zoals schade of defecte faciliteiten, meld dit dan aan de verantwoordelijke persoon of aan het bestuur van de sportvereniging.

VRIJDAG

VELDINDELING

VELD 1

VELD 2

VELD 3

VELD 4

VELD 5

VELD 6

17:45 - 18:45
ROB VAN DIJK

18:45 - 20:00
ROB VAN DIJK

20:00 - 21:30
J019-3
J019-4

20:00 - 21:30
Overige Senioren

KLEEDKAMERINDELING

REGELS

Als je problemen opmerkt in de kleedkamer, zoals schade of defecte faciliteiten, meld dit dan aan de verantwoordelijke persoon of aan het bestuur van de sportvereniging.



V.V. FOREHOLTE

Sportpark Elsgeest
Sportlaan 10
2215NA Voorhout
0252-210751
www.foreholte.nl