TRAININGSSCHEMA 2025-2026

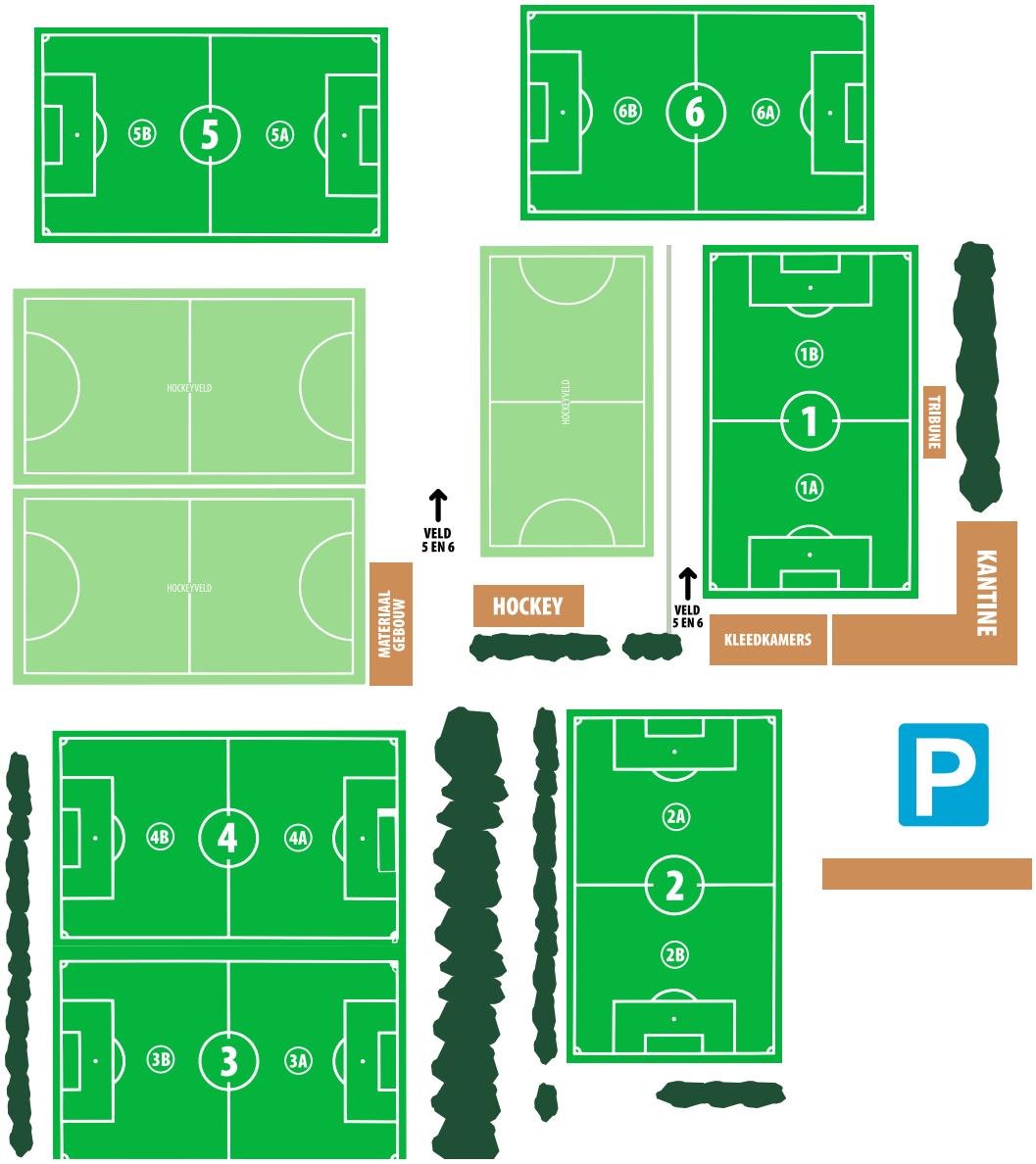
V.V. FOREHOLTE

m.i.v. 10 september 2025

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	VELD 2	VELD 3	VELD 4	VELD 5	VELD 6
17:30 - 18:45 J08	*17:30 - 18:45* J09	*17:30 - 18:45* J011-1,2,4,5,6	*17:30 - 18:45* J010 J011-3	*17:30 - 18:45* 5A: J012 3,4,5 5B: J013-1	
18:45 - 20:00 1A: M015-1 1B: M017-1	*18:45 - 20:00* 2A: J023-2 2B: J016-3	*18:45 - 20:00* 3B: J012 1,2 3A: Keepers	*18:45 - 20:00* 4A: J015-1 4B: J016-1	*18:45 - 20:00* 5A: M013-1 5B: M015-2	
20:00 - 21:30 VR 1 VR 2	*20:00 - 21:30* J023-2	*20:00 - 21:30* J023-1 + J019-1 J017-1 + Keepers		*20:00 - 21:30* Heren 1 + 2	

MAANDAG

KLEEDKAMERINDELING

KLEEDKAMERS

Team	*Kleedkamer*
Heren 1 + Heren 2	1+2+3
O23-1	4
JO19-1	5
JO17-1	6
JO23-2	7
JO16-1	8
JO16-3	11
JO15-1	9
JO13-1	5

Team	*Kleedkamer*
JO12-1 + JO12-2	10
JO12-3,4,5	6, 7
MO15-2 + MO13-1	12
MO15-1	13
MO17-1	14
VR1	16
VR2	15
VR3	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 Oefenwedstrijd	*17:30 - 18:45* 2A: JO13-1			*17:30 - 18:45* 5A: JO13-2 5B: JO13-3	
18:45 - 20:00 Oefenwedstrijd	*18:45 - 20:00* 2A: JO14-1 2B: JO15-3	*18:30 - 19:45* 3A: JO15-2 3B: JO16-2	*18:30 - 19:45* 4A: JO15-1 4B: JO16-1	*18:45 - 20:00* 5A: JO17-2	
20:00 - 21:30 Oefenwedstrijd	*20:00 - 21:30* 2A: JO17-1 2B: JO19-1	*19:45 - 21:30* Heren 1 +2 + JO23-1 Keepers (let op: starten al 19:30 met een doelgebied)		*20:00 - 21:30* 5A: JO19-2 5B: JO19-3	

DINSDAG

KLEEDKAMERINDELING

KLEEDKAMERS

Team	*Kleedkamer*
Heren 1 + Heren 2	1+2+3
O23-1	4
JO19-1	5
JO17-1	6
JO19-2	7
JO19-3	8
JO16-1	8
JO16-2	12
JO17-2	13

Team	*Kleedkamer*
JO15-1	9
JO15-2	11
JO15-3	14
JO14-1	10
JO13-1	5
JO13-2	6
JO13-3	7
Oefen Foreholte	15
Oefen tegenstander	16, 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

Let op! Andere tijden!

VELD 1

16:45 - 18:00
J06
J07

19:00 - 20:30
VR 1
VR 2

20:30 - 22:00
ZA 9
J023-4

VELD 2

17:00 - 18:15
Inhaalwedstrijd

18:15 - 20:00
P2I techniektraining
J011-1 t/m -3
J012-1 & J012-2

20:00 - 21:30
J023-3
ZO 4

VELD 3

15:00 - 16:00
P2I + MBOR Techniektraining
J08, J09, J010, J011-4 t/m -6, J012-3 t/m -5

17:30 - 18:45
Keepers

18:45 - 20:00
Keepers
KNVB JVC/VC1

20:00 - 21:30
ZA 4
ZA 7

VELD 4

17:30 - 18:45
4A: J011-5 & J011-6
4B:

18:45 - 20:00
4A: J017-3
4B: J016-3

20:00 - 21:30
ZO 3
ZA 5

VELD 5

17:30 - 18:45
Inhaalwedstrijd

18:45 - 20:00 M017-1
18:45 - 20:15 VR 3

20:15 - 21:45
ZA 6
ZA 8

VELD 6

WOENSDAG

KLEEDKAMERINDELING

KLEEDKAMERS

Team	*Kleedkamer*
Senioren	1+2+3, 4, 8, 9, 10, 11
Inhaal Foreholte	1+2+3
Inhaal tegenstander	4+7+8
JO23-3	12
JO23-4	13
JO17-3	5
JO16-3	6
JO12-1 + JO12-2	7
MO17-1	14
VR1	16

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

VELD 1	VELD 2	VELD 3	VELD 4	VELD 5	VELD 6
17:30 - 18:45 J08	*17:30 - 18:45* J09	*17:30 - 18:45* J010	*17:30 - 18:45* 4A: J011-4 4B: J011-1,2,3	*17:30 - 18:45* 5A: J013-1 5B: J013-2	*17:30 - 18:45* J015-3
18:45 - 20:00 1A: M015-1 1B: M013-1	*18:45 - 20:00* 2A: J013-3 & J012-3 2B: J012-1,2	*18:45 - 20:00* 3A: J015-2 3B: J016-2	*18:45 - 20:00* 4A: J015-1 4B: J016-1	*18:45 - 20:00* 5A: J012-4,5 5B: J014-1	*18:45 - 20:00* 6A: M015-2 6B: J019-2
20:00 - 21:30 Heren 1 + Keepers (let op: starten al 19:30 met een doelgebied)	*20:00 - 21:30* 2A: J019-1 2B: J017-1	*20:00 - 21:30* Heren 2 + J023-1		*20:00 - 21:30* ZO 2, ZA 3 & 35+1	

DONDERDAG

KLEEDKAMERINDELING

KLEEDKAMERS

Team	*Kleedkamer*
Heren 1 + Heren 2	1+2+3
O23-1	4
J019-1	5
J017-1	6
J019-2	11
J016-1	13
J016-2	16
J015-1 + J015-2	15
J015-3	7

Team	*Kleedkamer*
J014-1	12
J013-1	5
J013-2	6
J013-3	9
J012-1 + J012-2	14
J012-3,4,5	8
M015-2	10
M015-1 + M013-1	17
Senioren	7, 8, 9

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 2A: JO17-2 2B:		*18:45 - 20:00* ROB VAN DIJK		
	20:00 - 21:30 2A: 2B: JO19-3				

VRIJDAG

KLEEDKAMERINDELING

KLEEDKAMERS

Team	*Kleedkamer*	*Team*	*Kleedkamer*
J017-2	4		
J019-3	7		

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.

ZONDAG

VELDINDELING

VELD 1	VELD 2	VELD 3	VELD 4	VELD 5	VELD 6
	9:30 - 10:30 J07		*10:00 - 12:00* P2I techniektraining		

VOETBALVERENIGING FOREHOLTE

V.V. FOREHOLTE

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