

Ergometerruimte

| | maandag | dinsdag | woensdag | donderdag | vrijdag | | zaterdag | zondag |
|-------|---------------------------------|-------------------------------|---|------------------------------------|---------|--|---------------------------------|---------------------------------|
| 7:00 | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | 9:00-10:00 voorr. veteranen | 9:00-10:00 voorr. veteranen |
| 9:00 | | | | | | | 10:00-11:00 voorrang jeugd | 10:00-11:00 voorr. veteranen |
| 10:00 | | | | | | | 11:00-12:00 voorr. veteranen | 11:00-12:00 voorr. veteranen |
| 11:00 | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | 14:00-15:00 voorrang regio |
| 15:00 | | | | | | | | 15:00-16:00 voorrang J18 |
| 16:00 | | | | | | | | 16:00-17:00 voorrang J16 |
| 17:00 | 17:00-18:30 M18/M16 Lotte | 16:30-17:00 M18 | 16:30-17:30 voorrang jeugd | | | | | |
| 18:00 | | 18:00-19:15 J18 Reinoud | 17:30-18:30 voorr. veteranen | 17:45-18:15 M18 | | | | |
| 19:00 | | | 18:30-20:00 Indoor veteranen Haye/Rik/Freek | 18:15-19:15 Regio Luka | | | | |
| 20:00 | | 19:15-20:30 J16 Gudrun | | 19:15-19:30 J18 19:30-20:00 M18 | | | | |
| 21:00 | | | 20:00-21:30 Indoor veteranen Haye/Rik/Freek | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | |

Krachttrainingsruimte

| | maandag | dinsdag | woensdag | donderdag | vrijdag | | zaterdag | zondag |
|-------|------------------------------------|-----------------------------------|---|------------------------------------|----------------------------------|--|---------------------------------|---------------------------------|
| 7:00 | | | | | | | | |
| 8:00 | 7:30-9:00 SB/SA Willem Jan | 7:30-9:00 SB/SA Willem Jan | 7:30-9:00 SB/SA Willem Jan | 7:30-9:00 SB/SA Willem Jan | 7:30-9:00 SB/SA Willem Jan | | 9:00-10:00 voorr. veteranen | 9:00-10:00 voorr. veteranen |
| 9:00 | | | | | | | 10:00-11:00 voorrang jeugd | 10:00-11:00 voorr. veteranen |
| 10:00 | | | | | | | 11:00-12:00 voorr. veteranen | 11:00-12:00 M18/SB Jet/Hans |
| 11:00 | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | |
| 17:00 | | 17:00-18:30 M18/SB Jet/Hans | 16:30-17:30 voorrang jeugd | 17:00-18:15 M16/J16 Janneke | | | | |
| 18:00 | | | 17:30-18:30 voorr. veteranen | 18:15-19:30 M18/SB Jet/Hans | | | | |
| 19:00 | 18:30-20:00 J18 David/Willem | 18:30-20:00 Regio Luka | 18:30-20:00 Indoor veteranen Haye/Rik/Freek | 19:30-21:00 J18 David/Willem | | | | |
| 20:00 | | | 20:00-21:30 Indoor veteranen Haye/Rik/Freek | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | |

Zorg dat je aanwezigheid altijd is geregistreerd in de Coronaspreadsheet!

Hou het W3TC opgeruimd en schoon:

- ontsmet al het materiaal na gebruik
- lig/zit op een handdoek; niet rechtstreeks op de apparaten/matjes/grond zitten/liggen
- gewichten niet laten vallen op de vloer
- alle materialen terug hangen/op hun plek zetten
- vocht op de vloer verwijderen (met een handdoek)
- vuil op de vloer verwijderen (met de zwabber).

Laatste gebruiker? Airco uit en deuren dicht!

legenda

voorrang voor specifieke groep

exclusief voor specifieke groep