

Trainingstijden Neptunus '58 / SWNZ

Dag	Tijd	Bad	Augustus			September					Oktober					November					December					Januari					
			33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	44	45	46	47	48	48	49	50	51	52	1	2	3	4	5	
Maandag	18:00-19:00	WZ			28		4	11	18	25		2	9		23	30		6	13	20	27		4	11	18			8	15	22	29
Maandag	18:15-19:00	ZR			28		4	11	18	25		2	9		23	30		6	13	20	27		4	11	18			8	15	22	29
Dinsdag	21:00-22:30	WP			29		5	12	19	26		3	10	17	24	31		7	14	21	28			12	19		2	9	16	23	30
Woensdag	17:30-18:15	ZV			30		6	13	20	27		4	11		25		1	8	15	22	29		6	13	20			10	17	24	31
Woensdag	18:15-19:00	WZ			30		6	13	20	27		4	11		25		1	8	15	22	29		6	13	20			10	17	24	31
Woensdag	21:00-22:00	MA			30		6	13	20	27		4	11		25		1	8	15	22	29		6	13	20			10	17	24	31
Woensdag	19:30-20:30	16+																													
Donderdag	18:00-19:00	ZR			31		7	14	21	28		5	12		26		2	9	16	23	30		7	14	21			11	18	25	
Donderdag ^	18:00-19:00	SZ						14		28			12		26			9		23		7		21				18			
Donderdag ~	21:00-22:00 *	SZ					7		21		5						2		16		30			14			11		25		
Donderdag	21:00-22:30	WP			31		7	14	21	28		5	12	19	26		2	9	16	23	30		7	14	21		4	11	18	25	
Zaterdag	13:00-14:00	WZ				2		16	23	30	7		21	28		4	11	18	25		2	9	16			6	13	20	27		
Zaterdag	14:45-16:15 *	SZ				2	9	16	23	30	7		21	28		4	11	18	25		2	9	16			6	13	20	27		
Zaterdag	16:15-17:45	ZV				2	9	16	23	30	7		21	28		4	11	18	25		2	9	16			6	13	20	27		

Trainingstijden Neptunus '58 / SWNZ

Dag	Tijd	Bad	Februari					Maart					April					Mei					Juni					Juli	
			5	6	7	8	9	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	27	28
Maandag	18:00-19:00	WZ		5		19	26		4	11	18	25		8	15			6	13		27		3	10	17	24			
Maandag	18:15-19:00	ZR		5		19	26		4	11	18	25		8	15			6	13		27		3	10	17	24			
Dinsdag	21:00-22:30	WP		6		20	27		5	12	19	26		2	9	16	23	30		7	14	21	28						
Woensdag	17:30-18:15	ZV		7		21	28		6	13	20	27		3	10	17			8	15	22	29		5	12	19	26		
Woensdag	18:15-19:00	WZ		7		21	28		6	13	20	27		3	10	17			8	15	22	29		5	12	19	26		
Woensdag	21:00-22:00	MA		7		21	28		6	13	20	27		3	10	17			8	15	22	29		5	12	19	26		
Woensdag	19:30-20:30	16+			14										24			1											
Donderdag	18:00-19:00	ZR	1	8		22	29		7	14	21	28		4	11	18				16	23	30		6	13	20	27		
Donderdag ^	18:00-19:00	SZ	1				29			14		28			11						23		6		20				
Donderdag ~	21:00-22:00 *	SZ		8		22			7		21		4		18					16		30			13		27		
Donderdag	21:00-22:30	WP	1	8	15	22	29		7	14	21	28		4	11	18	25		2		16	23	30						
Zaterdag	13:00-14:00	WZ	3		17	24		2	9	16	23		6	13	20				11	18	25		1	8	15	22	29		
Zaterdag	14:45-16:15 *	SZ	3		17	24		2	9	16	23		6	13	20				11	18	25		1	8	15	22	29		
Zaterdag	16:15-17:45	ZV	3		17	24		2	9	16	23		6	13	20				11	18	25		1	8	15	22	29		

* Droogtraining SZ start kwartier voor aanvang training
 ~ SZ wedstrijdgroep + masters trainen alleen in de even weken op de donderdagavond (21 - 22 uur)
 ^ SZ aanloopgroep traint alleen in de oneven weken op de donderdagavond (18 - 19 uur)