



Trainingsschema 2023 - 1e kwartaal

	Loopgroep	Wandelgroep
ma 2 jan 2023	Anker (Interval)	-
di 3 jan 2023	Cultuurhuis (Duurloop)	-
wo 4 jan 2023	Anker (Duurloop)	Anker
za 7 jan 2023	Zwolse Bos (Bostraining)	Zwolse Bos
ma 9 jan 2023	Anker (Duurloop)	-
di 10 jan 2023	Cultuurhuis (Intensieve interval)	-
wo 11 jan 2023	Anker (Intensieve interval)	Anker
za 14 jan 2023	A50 (Bostraining)	A50
ma 16 jan 2023	Anker (Duurloop)	-
di 17 jan 2023	Cultuurhuis (Extensieve interval)	-
wo 18 jan 2023	Anker (Extensieve interval)	Anker
za 21 jan 2023	Leemcule (Bostraining)	Leemcule
ma 23 jan 2023	Anker (Duurloop)	-
di 24 jan 2023	Cultuurhuis (Fartlek)	-
wo 25 jan 2023	Anker (Fartlek)	Anker
za 28 jan 2023	Nieuwe Zuidweg (Bostraining)	Nieuwe Zuidweg
ma 30 jan 2023	Anker (Duurloop)	-
di 31 jan 2023	Cultuurhuis (Speltraining)	-
wo 1 feb 2023	Anker (Speltraining)	Anker
za 4 feb 2023	Station Dalfsen (Bostraining)	Station Dalfsen
ma 6 feb 2023	Anker (Interval)	-
di 7 feb 2023	Cultuurhuis (Duurloop)	-
wo 8 feb 2023	Anker (Duurloop)	Anker
za 11 feb 2023	Heerderstrand (Bostraining)	Heerderstrand
ma 13 feb 2023	Anker (Duurloop)	-
di 14 feb 2023	Cultuurhuis (Extensieve interval)	-
wo 15 feb 2023	Anker (Extensieve interval)	Anker
za 18 feb 2023	Zwolse Bos (Bostraining)	Zwolse Bos
ma 20 feb 2023	Anker (Duurloop)	-
di 21 feb 2023	Cultuurhuis (Fartlek)	-
wo 22 feb 2023	Anker (Fartlek)	Anker
za 25 feb 2023	A50 (Bostraining)	A50
ma 27 feb 2023	Anker (Duurloop)	-
di 28 feb 2023	Cultuurhuis (Intensieve interval)	-
wo 1 mrt 2023	Anker/Lemelerberg (Intensieve interval)	Anker
za 4 mrt 2023	Leemcule (Bostraining)	Leemcule
ma 6 mrt 2023	Anker (Interval)	-
di 7 mrt 2023	Cultuurhuis (Duurloop)	-
wo 8 mrt 2023	Anker (Duurloop)	Anker
za 11 mrt 2023	Nieuwe Zuidweg (Bostraining)	Nieuwe Zuidweg
ma 13 mrt 2023	Anker (Duurloop)	-
di 14 mrt 2023	Cultuurhuis (Extensieve interval)	-
wo 15 mrt 2023	Anker (Extensieve interval)	Anker
za 18 mrt 2023	Engelse werk (Bostraining)	Engelse Werk
ma 20 mrt 2023	Anker (Duurloop)	-
di 21 mrt 2023	Cultuurhuis (Intensieve interval)	-
wo 22 mrt 2023	Anker (Intensieve interval)	Anker
za 25 mrt 2023	Station Dalfsen (Bostraining)	Station Dalfsen
ma 27 mrt 2023	Anker (Duurloop)	-
di 28 mrt 2023	Cultuurhuis (Fartlek)	-
wo 29 mrt 2023	Anker (Fartlek)	Anker