


Trainingsschema 2023 - 2e kwartaal

	Loopgroep	Wandelgroep
za 1 apr 2023	Zwolse Bos (Bostraining)	-
ma 3 apr 2023	Anker (Interval (3) / Duurloop HM 90 (1 en 2))	-
di 4 apr 2023	Cultuurhuis (Duurloop)	-
wo 5 apr 2023	Anker (Duurloop)	Milligerplas
za 8 apr 2023	A50 (Bostraining)	A50
ma 10 april 2023	2e Paasdag (geen training)	-
di 11 apr 2023	Cultuurhuis (Intensieve interval)	-
wo 12 apr 2023	Anker (Intensieve interval (2 & 3) / Duurloop HM 100 (1))	Anker
za 15 apr 2023	Leemcule (Bostraining)	Leemcule
ma 17 apr 2023	Anker (Duurloop / HM 90 (1 & 2))	-
di 18 apr 2023	Cultuurhuis (Extensieve interval)	-
wo 19 apr 2023	Anker (Extensieve interval)	Vreugdehoeve
za 22 apr 2023	Nieuwe Zuidweg (Bostraining)	Nieuwe Zuidweg
ma 24 apr 2023	Anker (Duurloop HM 95 (1) & 105 (2))	-
di 25 apr 2023	Cultuurhuis (Speltraining)	-
wo 26 apr 2023	Anker (Speltraining)	Anker
za 29 apr 2023	Heerderstrand (Bostraining)	Heerderstrand
ma 1 mei 2023	Anker (Interval (3) / Duurloop HM 105 (1) & 115 (2))	-
di 2 mei 2023	Cultuurhuis (Duurloop)	-
wo 3 mei 2023	Anker (Duurloop)	AV PEC
za 6 mei 2023	Station Dalfsen (Bostraining)	Station Dalfsen
ma 8 mei 2023	Anker (Duurloop HM 95 (1 & 2))	-
di 9 mei 2023	Cultuurhuis (Extensieve interval)	-
wo 10 mei 2023	Anker (Extensieve interval)	Anker
za 13 mei 2023	Engelse werk (Bostraining/ Koning van Spanje (2 trainingsgroepen))	Engelse Werk
ma 15 mei 2023	Anker (Duurloop HM 105 (1) & 115 (2))	-
di 16 mei 2023	Cultuurhuis (Fartlek)	-
wo 17 mei 2023	Anker (Fartlek)	Milligerplas
za 20 mei 2023	A50 (Bostraining)	A50
ma 22 mei 2023	Anker (Duurloop HM 110 (1) & 120 (2))	-
di 23 mei 2023	Cultuurhuis (Intensieve interval)	-
wo 24 mei 2023	Anker (Intensieve interval)	Anker
za 27 mei 2023	Leemcule (Bostraining)	Leemcule
ma 29 mei 2023	2e Pinksterdag (geen training)	-
di 30 mei 2023	Cultuurhuis (Extensieve interval)	-
wo 31 mei 2023	Anker (Extensieve interval (2 & 3)/ Stationsloop)	Vreugdehoeve
za 3 jun 2023	Nieuwe Zuidweg (Bostraining)	Nieuwe Zuidweg
ma 5 jun 2023	Anker (Interval)	-
di 6 jun 2023	Cultuurhuis (Duurloop)	-
wo 7 jun 2023	Anker (Duurloop)	Anker
za 10 jun 2023	Heerderstrand (Bostraining/Halve marathon Zwolle (2 trainingsgroepen))	Heerderstrand
ma 12 jun 2023	Anker (Duurloop)	-
di 13 jun 2023	Cultuurhuis (Intensieve interval)	-
wo 14 jun 2023	Anker (Intensieve interval)	Carpool A50
za 17 jun 2023	Station Dalfsen (Bostraining)	Station Dalfsen
ma 19 jun 2023	Anker (Duurloop)	-
di 20 jun 2023	Cultuurhuis (Extensieve interval)	-
wo 21 jun 2023	Anker (Extensieve interval)	Anker
za 24 jun 2023	Leemcule (Bostraining)	Leemcule
ma 26 jun 2023	Anker (Duurloop)	-
di 27 jun 2023	Cultuurhuis (Fartlek)	-
wo 28 jun 2023	Anker (Fartlek)	AV PEC
za 1 jul 2023	Nieuwe Zuidweg (Bostraining)	Nieuwe Zuidweg
ma 3 jul 2023	Anker (Interval)	-
di 4 jul 2023	Cultuurhuis (Duurloop)	-
wo 5 jul 2023	Anker (Duurloop)	Anker
za 8 jul 2023	A50 (Bostraining)	A50
ma 10 jul 2023	Anker (Duurloop)	-
di 11 jul 2023	Cultuurhuis (Speltraining)	-
wo 12 jul 2023	Anker (Speltraining)	Anker
za 15 jul 2023	NTB (Hardlopen/wandelen/fietsen, combi afsluitende activiteit)	
za 26 augustus 2023	(Start na de vakantie)	