



ZWEMCLUB ROSAS OOSTAKKER

ZOMERVAKANTIE - regeling trainingen JULI en AUGUSTUS

⇒ Competitiezwemmers DIE NIET MEEGAAN OP STAGE

Laatste zwemtraining gaat door op zaterdag 18 juni. Vanaf maandag 4 juli starten we met de vakantieregeling. Voor de zwemtrainingen in de zomervakantie moet er wel op voorhand worden ingeschreven.

Dit kan tot donderdag 16 juni via mail: sabine.vervaet14@telenet.be

<u>GROEP</u>	<u>MAANDAG</u> <u>04/07</u>	<u>DINSDAG</u> <u>05/07</u>	<u>WOENSDAG</u> <u>06/07</u>	<u>WOENSDAG</u> <u>13/07</u>	<u>MAANDAG</u> <u>22/08</u>	<u>DINSDAG</u> <u>23/08</u>	<u>DONDERDAG</u> <u>25/08</u>	<u>MAANDAG</u> <u>29/08</u>
A1/A2/A3	19.30u- 20.30u	19.30u- 20.30u	19.30u- 20.30u	18u-19u	19.30u- 20.30u	19.30u- 20.30u	19.30u- 20.30u	19.30u- 20.30u

⇒ Competitiezwemmers DIE MEEGAAN OP STAGE

Laatste zwemtraining in de Rozebroeken gaat door op zaterdag 18 juni 2016. Hieronder de verdere regeling tot aan de kampioenschappen. Na de kampioenschappen krijgen de zwemmers een welverdiende rust om er dan in september terug van start te gaan.

<u>DATA</u>	<u>ZWEMBAD</u>	<u>UUR</u>	<u>WIE?</u>
Woensdag 22 juni	WACHTEBEKE	16.30u-18.30u	Alle zwemmers
Vrijdag 24 juni	DENDERMONDE	16.45u-18.15u	Alle zwemmers
Zaterdag 25 juni	WACHTEBEKE	18.30u-20u	Alle zwemmers
Zondag 25 juni	WACHTEBEKE	16u-18u	Alle zwemmers
Maandag 27 juni	VAN EYCK	7.30u-8.30u	Enkel zwemmers vanaf 2003
Dinsdag 28 juni	WACHTEBEKE	20.30u-22u	Alle zwemmers
Woensdag 29 juni	VAN EYCK	7.30u-8.30u	Enkel zwemmers vanaf 2003
Woensdag 29 juni	WACHTEBEKE	16.30u-18.30u	Alle zwemmers
Vrijdag 1 juli	DENDERMONDE	8u-10u	Alle zwemmers

Zwemstage van zaterdag 2 juli tot dinsdag 12 juli 2016 te Lanzarote

ZWEMCLUB ROSAS OOSTAKKER

TRAININGSUREN NA DE STAGE

Na de stage zijn er nog zwemtrainingen voorzien. Alle zwemmers moeten verplicht deelnemen aan deze trainingen. Indien dit niet gebeurt zal de zwemmer(ster) geschrapt worden voor deelname aan het zomercriterium of de Belgische (jeugd)kampioenschappen.

Zomercriterium (**ZC**), Belgische jeugdkampioenschappen (**BJK**), Belgische kampioenschappen (**BK**)

<u>DATA</u>	<u>ZWEMBAD</u>	<u>UUR</u>	<u>WIE?</u>
Woensdag 13 juli	ROZEBROEKEN	17u-19u	ZC/BJK/BK
Donderdag 14 juli	ROZEBROEKEN	9u-11u	BJK/BK
Donderdag 14 juli	ROZEBROEKEN	17u-19u	ZC/BJK/BK
Vrijdag 15 juli	ROZEBROEKEN	19u-21u	BJK/BK
Zaterdag 16 juli	ROZEBROEKEN	19u-21u	BJK/BK
Maandag 18 juli	ROZEBROEKEN	9u-11u	BJK/BK
Maandag 18 juli	ROZEBROEKEN	17u-19u	BJK/BK
Dinsdag 19 juli	ROZEBROEKEN	9u-11u	BK
Dinsdag 19 juli	ROZEBROEKEN	17u-19u	BJK/BK
Woensdag 20 juli	ROZEBROEKEN	9u-11u	BK
Woensdag 20 juli	ROZEBROEKEN	17u-19u	BJK/BK
Donderdag 21 juli	ROZEBROEKEN	9u-11u	BJK/BK
Vrijdag 22 juli	ROZEBROEKEN	9u-11u	BK
Vrijdag 22 juli	ROZEBROEKEN	17u-19u	BK
Zaterdag 23 juli	ROZEBROEKEN	9u-11u	BK
Zaterdag 23 juli	ROZEBROEKEN	17u-19u	BK
Maandag 25 juli	ROZEBROEKEN	9u-11u	BK
Dinsdag 26 juli	ROZEBROEKEN	9u-11u	BK
Woensdag 27 juli	ROZEBROEKEN	9u-11u	BK
Donderdag 28 juli	ROZEBROEKEN	9u-11u	BK

Het bestuur en de trainers.