

**Schema start 6 januari 2025. Bijgewerkt 30-dec.**

Maandag		2,5 uur hele zaal 1 uur 1/3 parketzaal	
16.00 - 16.45 uur	Free B * zelf inlopen voor en stretchen na de training	Sporthal	
16.45 - 17.30 uur	Free A * zelf inlopen voor en stretchen na de training	Sporthal	
17.30 - 18.30 uur	Dans 1 * + wedstrijdshow inlopen voor en stretchen na de training	Sporthal	
17.30 - 18.30 uur	Droogtraining Free A en B	Parketzaal	
<b>Dinsdag</b>		<b>1,5 uur sportzaal 1 uur vanaf februari</b>	
17.00 - 18.00 uur	R90 Skate Club	Sporthal	
18.00 - 19.00 uur	Dans 1 * inlopen voor en stretchen na de training	Buitenbaan (start medio maart)	
<b>Woensdag</b>		<b>4 1/2 uur hele zaal 0,25 uur 1/3 zaal vanaf 1 febr. 4 uur hele zaal 0,25 uur 1/3 zaal</b>	
15.45 - 16.00 uur	Droogtraining C	1/3 Sporthal	
16.00 - 16.45 uur	Vrijrijden C (kur)	Sporthal	
16.30 - 16.45 uur	Inlopen Free B	Sporthal	
16.45 - 17.30 uur	Free B * zelf stretchen na de training	Sporthal	
18.00 - 18.30 uur	Kwartet cadet	Sporthal	Vervalt per 1 februari
18.30 - 19.15 uur	Kwartet senior	Sporthal	
18.30 - 19.15 uur	Dance 3 * inlopen voor en stretchen na de training	Sporthal	Start 3 februari
19.15 - 20.15 uur	Dans 1 * + wedstrijdshow inlopen voor en stretchen na de training	Sporthal	
20.15 - 21.00 uur	Kleine groep - Show ( optioneel EK)training na 1 februari)	Sporthal	
<b>Donderdag</b>		<b>2 uur hele zaal</b>	1 uur 2/3 zaal
16.00 - 17.00 uur	Free A * zelf inlopen voor en stretchen na de training	Sporthal	
17.00 - 18.00 uur	Dansen 2 * inlopen voor en stretchen na de training	Sporthal	
18.00 - 19.00 uur	Rolhockey	Sporthal	2/3 zaal
19.00 - 21.00 uur	Dans 1 *inlopen voor en stretchen na de training	Buitenbaan (start medio maart)	
<b>Vrijdag</b>		<b>4 uur hele zaal 3,5 uur na 1 februari</b>	
16.30 - 17.15 uur	Vrijrijden C	Sporthal	
17.15 - 18.15 uur	Espoirgroep NK show		
17.15 - 18.15 uur	Dance 2* inlopen voor en stretchen na de training	Sporthal	Start 3 februari
18.15 - 19.00 uur	Dance 3* inlopen voor en stretchen na de training	Sporthal	
19.30 - 20.25 uur	Dans show spins, jumps en skating skills	Buitenbaan (start medio maart)	
20.30 - 21.15 uur * febr.21.30	Dans 1 *inlopen voor en stretchen na de training	Sporthal	
21.15 - 22.00 uur	Junior team NK show	Sporthal	
21.30 - 22.30 uur	Optioneel Goldies 1 a 2 x per mnd	Sporthal	
<b>Seminars:</b>	Januari dans + show 12 januari	OpMoer	
	Februari dans en vrijrijden 2 dgn	OpMoer	