TRAININGSTIJDEN	ARV ACHILLES		van 28-10-2025 tot 29-03-2026			
categorie	**geboortejaar of leeftijd**	**trainers**	**contact**	**locatie**	**dag**	**trainingstijd**
Atletiek						
U8	2018	Rens van den Nobelen, Kaylee Damen, Cas van Arendonk en Mark van de Sande		Atletiekbaan	di	17:45-18:45
U9	2017			Atletiekbaan	di	17:45-18:45
U10	2016			Atletiekbaan	di	17:45-18:45
U8-U10				Atletiekbaan	za	09:00-10:00
U12	2015/2014	Tjeerd Mijzen & Annelies Sijben	076 5018216	Atletiekbaan	do	17:45-18:45
			06 24464102	Atletiekbaan	za	10:00-11:00
U14	2013/2012	Annelies Sijben, Christa Roeloffs, Collin Hermans, Johan Hack, Tjeerd Mijzen	06 24464102	Atletiekbaan	do	18:45-20:00
				Atletiekbaan	za	11:00-12:00
U16U18 en Senioren 2011/2007 en ouder						
Verspringen		Bart Hondeveld		Atletiekbaan	ma	18:30-20:00
Hoogspringen		Joost Ketel, Collin Hermans en Tjeerd Mijzen	06 30126287	Atletiekbaan	di	19:45-21:00
Mila / Sprint		Tjeerd Mijzen		Atletiekbaan	di	19:45-21:00
Polsstokhoog		Antoine Kertzman	06 34330033	Atletiekbaan	ma	19:00-20:30
Mila / sprint / werpen / hoog		Johan Hack, Collin Hermans, Tjeerd Mijzen		Atletiekbaan	do	19:45-21:00
Bootcamp		Paul Hos	06 22660655	Atletiekbaan	vr	19:15-21:00
Lopersgroep	A (10km<45)	Tonio de Jong	06 10141118	Atletiekbaan	di	18:45-20:15
	B (10km>45)	Dick Ringelberg, Gertwan Soethout en Karin de Wild	06 10192159	Weg-Bos vanaf 11/4	do	19:00-20:30
Recreanten						
G recreanten		Tjeerd Mijzen en Dick de Kort	tmijzen@kpnmail.nl	mei-sep Atletiekbaan	wo	18:30-19:30
				okt-apr d'n Overkant	wo	18:15-19:15
Kangoo Jumps	13-80+ jaar	Jump conditietraining	info Patsy Kolhorn	Atletiekbaan	ma + wo	18:00-18:45
	13-80+ jaar	Kangoo Power danstraining	06 29330346	Atletiekbaan	ma + wo	19:00-19:45
	4-12 jaar	Kids Jumptraining		Atletiekbaan	wo	18:00-18:45
Frame Runners	volwassenen	Ruud Touw	06 33022390	Atletiekbaan	di	19:00-20:00
	volwassenen			Atletiekbaan	do	20:00-21:00
	jeugd			Atletiekbaan	za	12:00-13:00
Trimgroepen						
groep 1		Michiel Koeijvoets	06 30741987	Baan/weg	ma + wo	19:30-20:30
groep 2		Marloes Nijland, Ella Bastiaansen en Trudy de Jong	06 30790557	Baan/weg	ma + wo	19:30-20:30
groep 3		Frank Dirks	06 34459581	Baan/weg	ma + wo	19:30-20:30
groep 4		Gré van Loenhout	06 42857798	Baan/weg	ma + wo	19:30-20:30
groep 5		Jack Backx	06 51421471	Baan/weg	ma + wo	20:30-21:30
groep 6		Gré van Loenhout	06 42857798	Baan/weg	ma + wo	20:30-21:30
Trimgroep 55+		Jac Beekers, Mels de Vries	076 5019156	Atletiekbaan	di	09:30-10:30
		Piet Kriesels en Will Vrolijk	(↑ = Mels)	Atletiekbaan	do	09:30-10:30
Trimgroep dames (DiDo's)		Cia Smulders	06 12422108	wintertijd weg/baan	di	09:00-10:00
				zomertijd Liesbos	do	09:30-10:30
Gym-Qi Gong-Nordic Walking-Wandelen-Galm						
Bodygym		Conny Arnouts	06 36148502	Clubhuis	ma	14:00-15:00
Bodygym		Maja van der Horst	maja@ri-jue.com	Clubhuis	ma	19:00-20:00
Qi Gong		Maja van der Horst		Clubhuis	ma	20:00-21:00
Sportief wandelen		Ria van Ginneken	076 5019156	Atletiekbaan	di	09:30-10:30
		Conny Arnouts	06 36148502	Atletiekbaan	do	09:30-10:30
Nordic Walking		Toon Buckens	076 5016395	Atletiekbaan	ma	19:30-20:30
				Liesbos	do	09:30-10:30
				diverse locaties	do	09:00-10:30
				diverse locaties	za	09:00-10:30
Wandelgroep dames (Dido's)		Jeanne Heesbeen	076 5021185	v.a. Atletiekbaan	di	09:00-10:00
					do	09:00-10:00
Nagalm		Céline van den Nagel	076 5030711	de Vleer	di	19:00-20:00
				de Vleer	di	20:00-21:00

© 26-02-2026