

Programma RREL groep 6

DI 5 april – piramidetraining. Bredaseweg.

200-400-600-800-2x1000-800-600-400-200.

DI 12 april – oefeningen/loopscholing rond skatebaan.

Wo 13 april – Leemputtenloop, Rijen. Start 19.30u.

DI 19 april – Rondje Bollenstraat.

DI 26 april – intervaltraining Bredaseweg.

200-100R-200-100R-400-200R (6X).

DI 3 mei – Rondje Moerdijkse Postbaan.

Za 7 mei – Kaaienloop Oosterhout. Start 18.15u

DI 10 mei – Bostraining, pagnevaartbos Hoeven.

Vr 13 mei – Avondwedstrijd Achilles (3000m).

DI 17 mei – Rondje Liesbos wisseltempo.

LET OP: deze training begint om 19.00u i.v.m. A.L.V.

DI 17 mei – 21.00U Algemene Ledenvergadering.

DI 24 mei – buitengebied. Gevarieerde training.

DI 31 mei – Rondje lelieloop.

Ma 6 juni – LELIELOOP. Start 11.00u

DI 7 juni – Bostraining pagnevaartbos Hoeven.

DI 14 juni – Rijsbergseweg op en neer.

