OVERZICHT SELECTIES EN TRAININGSTIJDEN - SEIZOEN 2018-2019

selectie	**Master**			**Senioren/ Jeugd**			**Junioren**			**Minioren**		
zwemmers				**A-selectie**			**A-selectie**					
	Nini van Dongen	seD		Chantalle Zijderveld	seD	2000	Samantha v.d.Jagt	ju1	2007	Julia v Wingerden*	m4	2008
	Hanneke Vermeltfoort	seD		Laura Tromp	seD	2000	Britte Lodder	ju1	2007	Esmee Strik	m4	2008
	Michelle Cornelisse	seD		Lara Idsinga	seD1	2002	Jaylin v/d Linden	ju1	2007	Femke Droogendijk	m3	2010
	Sascha de Bruin	seD		Joyce van't Hof	je2	2003				Manou Longayroux	m3	2010
	Michelle Heijnemans	seD		Juliette Boon	je1	2004	Julian Stok	ju4	2003	Thirza van Die	m3	2010
	Marloes Boelhouwer	seD					Sven Markus Eschbach	ju1	2006	Lieke van Geloof	m3	2010
	Carla de Winter	seD		Rogier Dorsman	seH2	1999				Milou Filemon	m2	2011
	Suzanne de Bruin	seD		Stijn den Otter	je1	2002				Minke Olivia Bouman	m2	2011
	Pauline Tromp	seD								Ilvy Lodder	m2	2011
	Veronika Seliverstova	seD								Naomi Mikhout	m2	2011
	Anne Wil Mol	seD								Lieselot Penning	m1	2012
	Lisa van Milt	seD										
	Dahpne Scheurwater	seD										
	Elise Dorsman	seD										
	Larissa Paans	seD								Jonathan Bolhuis	m6	2007
	Elise van Scholl	seD								Roan Dekema*	m6	2007
										Tijn van Die*	m6	2007
				B-selectie			**B-selectie**			Jimmy Hegger	m6	2007
				Katinka van Dongen	seD	1977	Sanne Jansen	ju2	2006	Manie Pourtahmasebi	m5	2008
	Nico v Dongen	seH		Frederique Regeer	seD	1979	Roos Westerhout	ju2	2006	Twan Stevense	m5	2008
	Jordy Schouten	seH		Denise de Riet	seD	1984	Janine Droogendijk	ju1	2007	Valentijn Penning	m4	2009
	Robert Kras	seH		Esther Versteeg	seD	1983	Madelief Penning	ju1	2007	Thom Veldhoen	m4	2009
	Wim de Waaij	seH		Myrthe Lampe	seD	1990				Aidan van der Stelt	m4	2009
	Pim Vogel	seH		Sanne de Roo	seD	1995	Jelmer Paans	ju3	2004	Thijs Jansen	m3	2010
	Roderik van Zijderveld	seH		Ditte van Hoorn	seD2	2001	Sem Kauffeld	ju3	2004	Kris Westerhout	m3	2010
	Jasper Vermeulen	seH		Daniëlle van Valen	seD2	2001	Ryan Timmers	ju2	2005			
	Lex Hoogendam	seH		Jana Plaisier	seD2	2001	Benjamin v Helsdingen	ju1	2006			
	Sandro Glasius	seH		Rianne Jongeleen	seD2	2001						
	Dennis v Grevenbroek	seH		Jessica Kras	je1	2004						
	Dylan Goethart	seH		Isis Naaktgeboren	je1	2004						
	Tim Blom	seH1										
	Mark van Noorloos	seH										
				Sybe de Waard	seh2	1999						
				Esper Paans	je1	2001						
				David Kras	je1	2001						
	totaal 29 zwemmers			totaal 22 zwemmers			totaal 13 zwemmers			totaal 22 zwemmers		
landtraining												
zwemtraining	dinsdag - Jaap	17:45	18:45	maandag - Katinka	05:45	07:00	maandag - Katinka	05:45	07:00	maandag (min 3, 4, 5, 6) - Wout	05:45	07:00
	donderdag - Jaap	19:00	20:00	dinsdag - Jaap	05:45	07:00	dinsdag - Jaap	05:45	07:00	dinsdag (min 4,5,6) - Wout	17:45	18:45
	vrijdag - Angela/Myrthe/Henk/Katinka	17:45	18:45	dinsdag - Jaap	17:45	18:45	woensdag b-selectie - Henk	18:00	19:00	woensdag (min 1,2,3) - Frederique	17:00	18:00
				woensdag b-selectie - Henk	18:00	19:00	woensdag a-selectie - Henk	18:00	20:00	vrijdag (alle minioren) - Wout	06:00	07:00
				woensdag a-selectie - Henk	18:00	20:00	donderdag b-selectie - Wout	18:00	19:00	zaterdag (alle minioren) - Katinka	08:15	09:15
				donderdag b-selectie - Wout	18:00	19:00	donderdag a-selectie - Henk	18:00	19:30			
				donderdag a-selectie - Henk	18:00	19:30	vrijdag - Angela/Myrthe/Henk/Katinka	17:45	18:45			
				vrijdag - Angela/Myrthe/Henk/Katinka	17:45	18:45	zaterdag Zwijndrecht - Angela/Myrthe	07:15	08:15	* zaterdag bij junioren		
				zaterdag Zwijndrecht - Angela/Myrthe	07:15	08:15	zaterdag Dordrecht - Angela/Myrthe	06:15	07:30			
				zaterdag Dordrecht - Angela/Myrthe	06:15	07:30				De diverse miniorentrainingen worden ondersteund		
										door assistent-trainers Stijn, Julian en Esper		
	totaal	3x		totaal	7x		totaal	6x		totaal min 1, 2	3x	
										totaal min 3, 4, 5 en 6	4x	