

Het trainingsschema voor seizoen 2019-2020 [is hier te vinden](#) .

Algemeen:

- Afmelden uiterlijk vóór 17.00 uur op de avond van de training!!!
  - Graag zoveel mogelijk aanwezig zijn op een training: Ben jij er niet, dan is het ook voor je team nadelig.
    - Dames 2 bouwt op: graag iedereen op tijd omgekleed in de zaal om te helpen! (19.10 gaat het Kamphuis open.)
    - De WU voor je training start 10 minuten eerder! Elke week zal er een WU opgehangen worden die je uit kunt voeren.
    - Ook als je te laat bent of later komt, begin je met je eigen warming up.
    - Als er vragen/opmerkingen zijn over een training of punten waarop je extra getraind wilt worden, laat het weten.
    - Opstellingen maken jullie zelf in overleg met elkaar; de rol van trainer is adviserend.
- Nieuwe spelers proberen we één of meerdere posities aan te leren.