

## Trainingsprogramma Antwerp Phantoms 2021 - 2022

TEAM / DAG	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
<u>AIA</u>							<b>08u00- 11u00</b> Klein Piste Flexi 3 & Flexi 4 & Flexi 5 & Flexi 6
<u>INITIATIE &amp; U6</u>						<b>10u15- 11u00</b> Klein Piste Flexi 1	
<u>U8/U10</u>		<b>18u00 - 19u00</b> Klein Piste Flexi 4		<b>18u00 - 19u00</b> Klein Piste Flexi 4		<b>08u00- 08u50</b> Klein Piste Flexi 4	
<u>U12</u>		<b>19u00- 20u00</b> Grote Piste Flexi 5 Dames Flexi 6		<b>18u00 - 19u00</b> Grote Piste Flexi 5 Dames Flexi 6		<b>09u05- 10u00</b> Klein Piste Flexi 5 Dames Flexi 6	
<u>U16</u>		<b>20u15 - 21u15</b> Grote Piste Flexi 2 Dames Flexi 3	<b>20u05 - 20u55</b> Grote Piste Flexi 1 & Flexi 2 Dames Flexi 3	<b>19u15- 20u15</b> Grote Piste Groep 1 Dames Flexi 3			
<u>U19</u>		<b>20u15 - 21u15</b> Grote Piste Groep 1	<b>20u05 - 20u55</b> - <i>U19 Sel</i> Grote Piste Flexi 1 & Flexi 2	<b>20u30 - 21u30</b> Grote Piste Flexi 1 & Flexi 2			
<u>DIV1</u>	<b>20u30 - 21u30</b> + <i>U19 Sel</i> Grote Piste Groep 2 U19 Flexi 1	<b>21u30 - 22u45</b> Grote Piste Groep 2		<b>21u45 - 22u45</b> Grote Piste Groep 2			
<u>DIV3/DIV4</u>	<b>21u45 - 23u00</b> Grote Piste Groep 1 & Flexi 2 Dames Flexi 3		<b>21u10 - 22u00</b> Grote Piste Flexi 4 & Flexi 5 & Flexi 6 Dames Flexi 3		<b>22u15 - 23u15</b> Grote Piste Groep 1 & Flexi 1 Dames Flexi 2		
<u>GOALIE</u>		<b>19u00- 20u00</b> Grote Piste Flexi 1					
<u>SLEDGE</u>			<b>19u15 - 20u05</b> Grote Piste Groep 1		<b>12u00 - 13u00</b> Grote Piste Groep 1	<b>16u15- 17u15</b> Grote Piste Groep 1	
<u>WEDSTRIJDEN SENIOR</u>						<b>19u30 - 23u00</b> Wedstrijd start om 20u30 Groep 1 & Groep 2, Flexi 1 & Flexi 2	<b>19u45 - 22u30</b> Wedstrijd start om 20u30 Groep 1 & Groep 2, Flexi 1 & Flexi 2
<u>WEDSTRIJDEN JEUGD</u>						<b>17u30- 19u15</b> Wedstrijd start om 17u45 Flexi 1 tem 6	<b>12u15 - 14u45</b> Wedstrijd start om 12u15 Flexi 1 & Flexi 3 & Flexi 4 & Flexi 5 & Flexi 6

Groep 2 = Vaste elite kleedkamer 1ste verdiep (verst van lift)  
Groep 1 = Bezoekers kleedkamer 1ste verdiep (Dichtst bij lift)

Flexi 1 t/m 6 = Kleedkamer gelijkvloers

AP - Trainingen comp. 2021-2022 - v2.7

Kleedkamer bezetting voor de wedstrijden in het weekend worden steeds de week voorafgaand gecommuniceerd.