

Trainingschema Antwerp Phantoms 2023 - 2024

| TEAM / DAG | MAANDAG | DINSDAG | WOENSDAG | DONDERDAG | VRIJDAG | ZATERDAG | ZONDAG |
|---|--|---|------------------------------------|---|---|---|--|
| AIA | | | | | | | 9.00 - 10.00 (enkel indien U14 niet traint) Flexi 3 & Flexi 4 |
| FUN | 19.25 - 20.30 JUN & 20:35-21:30 SEN Flexi 4 & 5 Dames Flexi 3 | | | | | | |
| 3 x 3 of alternatief Skills Non-checking | | | | 21.00 - 22.00 Flexi 1 | | | |
| dames | | | | 20.00 - 20.55 Flexi 1 | | | |
| Phantoms start to hockey | | | | | | 10.05 - 11.00 initiatie puck & stick Flexi 2 | 18.05-19.00 schaatsklas Flexi 2 |
| GOALIE | tijdens U16 - 20:30-21:40 | | | | | | |
| U8/U10 | 18.15 - 19.20 Flexi 1 Dames Flexi 3 | | | 18.00 - 18.55 + 19.00-19.55 Flexi 2 Dames Flexi 1 | | 08.00- 09.00 Flexi 2 Dames Flexi 3 | |
| U12 | | 18.00 - 19.00 Flexi 4 & Flexi 5 Dames Flexi 6 | | 18.00 - 18.55 Flexi 3 & Flexi 4 Dames Flexi 1 | | 09.05- 10.00 Flexi 1 Dames Flexi 3 | |
| U14 | | 19.00 - 20.00 Flexi 2 & Flexi 3 Dames Flexi 6 | | 18.00 - 18.55 Flexi 5 & Flexi 6 Dames Flexi 1 | | | 9.00 - 10.00 Flexi 3 & Flexi 4 |
| U16 | 20.30 - 21.40 Flexi 1 Dames Flexi 6 | | | 19.10 - 20.05 Groep 1 rechterzijde Dames Flexi 1 | | | 10.00 - 11.00 Flexi 3 & Flexi 4 |
| DIV1B | | 20.15 - 21.15 groep 1 ????? Dames Flexi 3 | | 20.20 - 21.15 Groep 1 linkerzijde Dames Flexi 1 | | | |
| DIV1A | | 21.30 - 22.45 Groep 2 | | 21.30 - 22.45 Groep 2 | | | |
| DIV2 | | | 20.05 - 22.00 Flexi 1 & Flexi 2 | | | | |
| DIV3/DIV4 | 21.55 - 23.00 Groep 1 Dames Flexi 3 | | | | 22u15 - 23u15 Groep 1 & Flexi 1 & Flexi 2 Dames Flexi 3 | | |
| SLEDGE | | | 19.15 - 20.05 Groep 1 | | 13.00 - 14.00 Flexi 1 & Flexi 2 | 16.15 - 17.15 Groep 1 | |
| WEDSTRIJDEN SENIOR | | | | | | 19.30 - 23.00 Wedstrijd start om 20u30 Groep 1 & Groep 2, Flexi 1 & Flexi 2 | 19.45 - 22.30 Wedstrijd start om 20u30 Groep 1 & Groep 2, Flexi 1 & Flexi 2 |
| WEDSTRIJDEN JEUGD | | | | | | 17.30 - 19.15 Wedstrijd start om 17u45 Flexi 1 tem 6 | 12.00 - 14.30 Wedstrijd start om 12u15 Groep 1 & Flexi 2 & 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. 2023 - 2024

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

KLEINE PISTE

GROTE PISTE