Winter 2026 trainingsschema Haarlem Atletiek

versie 19-10-2026

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag/ opmerkingen
Pupillen en lenieminis	17.00-18.00 (U8/U9/U10) 18.00-19.00 (U11/U12)		17.00-18.00 (U8/U9/U10 & lenieminis) 18.00-19.00 (U11/U12)			09.30-10.30 (U8/U9/U10/U11/U12) 't Wed
Ouders			18:00-19:00			09.30-10.30 't Wed
D Junioren U14	18.30 - 19.30			18.30 - 19.30		10.30-11.30 't Wed
D Junioren U15	19.30 - 20.30			19.30 - 20.30		10.30-11.30 't Wed
C junioren	18.30-20.00			18.30-20.00		10.30-11.30 't Wed
B Junioren		17.30 - 19.00			17.00 - 18.30	09.30 -11.00 't Wed
AB Junioren, Senioren, Masters	Specialisatie kracht 18.30-21.30	Regulier 19.00-21.00	Specialisatie (polshoog, horden, & werpen) 19.00-21.00	Regulier 19.00-21.00		10.30-11.30 't Wed
Sprint	Sprinttraining 19.00-21.00	Krachttraining 18.30-20.00	Sprinttraining 19.00-21.00	Regulier 19.00-21.00		10.30-12.00 Trainer Ruud Wielart
JRT/MILA	19.00-21.00		19.00-21.00		19.00-21.00	Duinen 10.00-12.00 (**zondag**) Trainer Tom Metselaar
Wedstrijdgroep		19.00-21.00		19.00-21.00		Trainer Mats van Leuven
Loopgroepen						**Opmerkingen**
Loopgroep A		19.15-20.45				Trainer Arjan Sierveld
Loopgroep B		19.30-21.00				Trainer Kees Peerdeman
Loopgroep C		20.00-21.30				Trainer Linda van Galen
Triatlongroep			19.00-20.30			
Loopgroep D				19.00–20.30		Trainer Ruud Wielart
Loopgroep E			19.30-21.00			Trainer Jan de Ruiter
Loopgroep F			20.00-21.30			Trainer Linda van Galen
Keep-fit		09.00-10.00				08.30-10.00
65+ recreanten Loopgroep						Zondagochtend baan Trainer Ludwien Potveer
Wandel groep			19.00-20.30			Trainer Baltien de Wit