

Dinsdag:

Tijd:	Baan:	Groep:
06.00-07.30 uur	1 + 2	Wedstrijdzwemmers junioren en senioren, OLA-zwemmers (Alle leeftijden)
	3 t/m 6	borstcrawltraining (Alle leeftijden)
18.00-19.00 uur	1 t/m 3	Wedstrijdzwemmers junioren en recreanten junioren (tot 12 jaar)
	4 + 5	Recreanten senioren (12 tot 18 jaar)
18.00-19.30 uur	6	Wedstrijdzwemmers senioren (12 jaar en ouder)
21.30-22.30 uur	1 t/m 6	Recreanten senioren (18 jaar en ouder)

Donderdag:

Tijd:	Baan:	Groep:
06.00-07.30 uur	1	Wedstrijdzwemmers junioren en senioren
	2	OLA-zwemmers (Alle leeftijden)
	3	Recreanten senioren (18 jaar en ouder)
18.00-19.00 uur	1	Recreanten junioren en senioren (tot 18 jaar)
	3 + 4	waterpolo-zwemtraining (tot 18 jaar)
	5 + 6	Wedstrijdzwemmers senioren (12 jaar en ouder)

Vrijdag:

Tijd:	Baan:	Groep:
06.00-07.30 uur	1 + 2	Wedstrijdzwemmers junioren en senioren
	3	Recreanten senioren (18 jaar en ouder)
18.00-19.00 uur	1 t/m 3	Nieuwe leden (Alle leeftijden)

Zaterdag:

Tijd:	Baan:	Groep:
07.00-08.00 uur	1 t/m 6	Recreanten senioren (18 jaar en ouder)
08.00-09.00 uur	1 t/m 3	Wedstrijdzwemmers junioren (tot 12 jaar)
	4 t/m 6	Wedstrijdzwemmers senioren (12 jaar en ouder)