**Trainingstijden zwemvereniging De IJsel seizoen 20 - 21**

**Afdeling Waterpolo**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Datum** | **Tijd** | **Zwembad** | **Groep** |
| Maandag | 20.45 - 21.45 | Borgelerbad | Senioren |
| Dinsdag | 18.15 - 19.15 | De Scheg | Jeugd |
| Woensdag | 20.45 - 21.45 | Borgelerbad | Senioren |

**Afdeling Synchroonzwemmen**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Datum** | **Tijd** | **Zwembad** | **Groep** |
| Woensdag | 18.15 - 19.45 | De Scheg | Conditietraining (half bad) |
| Zondag | 09.00 - 12.00 | Borgelerbad | Training |

**Afdeling Wedstrijdzwemmen**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Datum** | **Tijd** | **Zwembad** | **Groep** |
| Maandag | 18.15 - 19.45 | Borgelerbad |  |
| Woensdag | 18.15 - 19.45 | De Scheg | Conditietraining (half bad) |
| Donderdag | 18.15 - 19.45 | Borgelerbad |  |
| Vrijdag | 06.00 - 07.00 | De Scheg | Conditietraining |
| Vrijdag | 18.15 - 19.15 | Borgelerbad | Jeugd  |
| Zondag | 09.00 - 10.00 | De Scheg | Pittige training |

**Afdeling REZ: Diploma / Ster / Snorkelen / Survival**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Datum** | **Tijd** | **Zwembad** | **Groep** |
| Maandag | 18.15 - 19.00 | De Scheg | Snorkelen + survival |
| Woensdag | 18.15 - 19.00 | Borgelerbad | B/C + ster 1 + ster 2 |
| Woensdag | 19.00 - 19.45 | Borgelerbad | Ster 3 + 4 + 5 |

**Afdeling REZ: Masters**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Datum** | **Tijd** | **Zwembad** | **Groep** |
| Maandag | 19.45 - 20.45 | Borgelerbad | Masters |
| Woensdag | 19.45 - 20.45 | Borgelerbad | Masters |
| Donderdag | 19.45 - 20.45 | Borgelerbad | Masters |
| Vrijdag | 06.00 - 07.00 | De Scheg | Conditietraining / alle leden |
| Zondag | 09.00 - 10.00 | De Scheg | Pittige training |