

<p><b>Trainer Piet Bos WO2</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <a href="#">Bonny Schilder</a></li> <li>2. <a href="#">Famke v Kalken</a></li> <li>3. <a href="#">Ilse Schuitman</a></li> <li>4. <a href="#">Julliette Bruining</a></li> <li>5. Dian Appelman</li> <li>6. Elles Sijm</li> <li>7. Laura Kuin</li> <li>8. Eva v Grinsven</li> <li>9. Yara Onneweer</li> <li>10. Monique Kok</li> </ol>	<p><b>Trainer Martine Velle WO2</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <a href="#">Merel Fine</a></li> <li>2. <a href="#">Inge Pereboom</a></li> <li>3. <a href="#">Laura Dekker</a></li> <li>4. <a href="#">Nick vd Bovenkamp</a></li> <li>5. <a href="#">Jessie v Wezenbeek</a></li> <li>6. <a href="#">Iris Wagemaker</a></li> <li>7. Tim Ligthart</li> <li>8. Ellen Basjes</li> <li>9. Tom Broersen</li> <li>10. Martijn Kamp</li> <li>11. Maarten Huisman</li> <li>12. Michael Roos</li> <li>13. Evert Bakker</li> <li>14. Ben Wanders</li> </ol>	<p><b>Trainer Piet Dekker WO2</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Barry Wissink</li> <li>2. Rob Leeuw</li> <li>3. Jan Leeuw</li> <li>4. Mark Wester</li> <li>5. Gert-Jan Rood</li> <li>6. Kees Posch</li> <li>7. Peter Botman</li> <li>8. Jan Dodeman</li> <li>9. Jacob Serier</li> <li>10. Rinus Haring</li> <li>11. Hans-Peter Baars</li> <li>12. Hendrik-Jan Beltman</li> <li>13. Anneke de Haan</li> </ol>
<p><b>Trainer Cor Beers WO2</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Bart ter Haar</i></li> <li>2. <i>Ronald de Beer</i></li> <li>3. Frank Slagter</li> <li>4. Peter Slagter</li> <li>5. Erik Botman</li> <li>6. Kees Smit</li> <li>7. Hans Zondag</li> <li>8. Evert Bot</li> <li>9. Chris Harder</li> <li>10. Ger Goos</li> <li>11. Kees Buis</li> <li>12. Koos Slagter</li> </ol>	<p><b>Trainer Frans Boon WO2</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Piet Schaper</li> <li>1. <a href="#">Egbert v Wezenbeek</a></li> <li>2. <a href="#">Arjen Wever</a></li> <li>3. <a href="#">Jaap Pereboom</a></li> <li>4. <a href="#">Dennis Laan</a></li> <li>5. <a href="#">Mels v Ammers</a></li> <li>6. <a href="#">Sjaak Schuitemaker</a></li> <li>7. <a href="#">Jeroen de Jong</a></li> <li>8. Kees Bakker</li> <li>9. Sam Meissen</li> <li>10. Alfred Beers</li> <li>11. Roby Pereboom</li> <li>12. <i>Johan vd Braber</i></li> </ol>	<p><b>Trainer Annabel Splinter WO2</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <a href="#">Sjaak Botman</a></li> <li>2. <a href="#">Jeffrey Kos</a></li> <li>3. <a href="#">Stefan Kos</a></li> <li>4. <a href="#">Sven Conijn</a></li> <li>5. <a href="#">Eva Buurman</a></li> <li>6. <a href="#">Mitch Out</a></li> <li>7. <a href="#">Arn Botman</a></li> <li>8. <a href="#">Jesse Vriend</a></li> <li>9. <a href="#">Ruud Slagter</a></li> <li>10. <a href="#">Michael Groot</a></li> <li>11. <a href="#">Nina Ruitenbergh</a></li> <li>12. <a href="#">Sonja Beers</a></li> <li>13. <a href="#">Theo Ligthart</a></li> <li>14. <a href="#">Frank Boon</a></li> <li>15. <a href="#">Remko Huisman</a></li> </ol> <p style="text-align: center;"><u>≡zonodig</u></p>

**De indeling voor de groepen voor het winterseizoen is bekeken aan de hand van wie er 1 of 2 keer in de week gaat trainen, en de techniek die de schaatser beheerst.**

**Voor de rijders die 2 keer in de week trainen zal er op maandag meestal op techniek worden getraind en op woensdag, snelheid en uithoudingsvermogen.**

**Voor de rijders die 1 x per week komen trainen wordt dit in 1 training samengevoegd.**

**Mocht het blijken dat een rijder wegens welke reden dan ook niet in de juiste groep zit kan er in overleg met de trainer worden gewisseld.**

**Het wedstrijdschema is ook te vinden op de website, wij zullen vooral de jeugd, en natuurlijk ook de volwassen rijders zoveel mogelijk stimuleren om aan wedstrijden deel te nemen, het is ook voor de schaatser prettig om direct met de 1e wedstrijd mee te doen, dan kun je een goede opbouw over het hele seizoen zien, ook de marathon wedstrijden willen wij graag stimuleren, dit jaar gaan wij met alle schaatstrainingsoepgroepen van de ijsbaan een competitie houden voor een ploegenachtervolgning, er gaat hier vanaf de 1e training voor getraind worden.**

**Als je vragen hebt kun je altijd bij je trainer terecht.**