

## TRAININGSROOSTER LOOPGROEP ATHLETIC POINT

### Locaties, dagen en tijden

**Montfoort:** Dinsdag o.l.v. Edwin, Connie en Bert

Er zijn 2 groepen die jij kunt reserveren in jouw niveaugroep volgens de afspraken hierboven, waarbij geldt: vol is vol! Vooraf online reserveren is verplicht en zorg dat je zelf al ingelopen bent voor de training begint.

**DINSDAG**  
**LOCATIE MONTFOORT**

1 19:30 – 20:45 UUR: GROEP 1  
2 19:30 – 20:45 UUR: GROEP 2

[WWW.ATHLETICPOINT.NL](http://WWW.ATHLETICPOINT.NL)

## NIEUW

**Dinsdag & donderdagochtend &-middag:** Vertrek Rob Druppers Running Academy

Daarnaast bieden wij op dinsdag en donderdag overdag onder leiding van Bert Eskes op 't Lint 2 momenten aan volgens onderstaande tijdslots waarop je kunt komen trainen.

Vertrek is vanuit de Rob Druppers Running Academy. Vooraf online reserveren is verplicht en zorg dat je al ingelopen bent voor de training begint.

**DINSDAG\***  
**'T LINT**

1 9:00 – 10:15 UUR : GROEP 1  
2 13:00 -14:15 UUR :GROEP 2

**NIEUW**

**\*VERTREK RDRA ACADEMY**

**Woensdag: Atletiekbaan Amaliapark (groepen geel, groen, blauw regulier)**

Op woensdagavond zijn er meerdere mogelijkheden en tijdslots om te trainen. Om 19:00 en 20:15 uur kun je inschrijven om of wel op de baan of daarbuiten in jouw eigen niveaugroep te gaan trainen. Groepen verzamelen op de baan, op de daarvoor aangegeven plek aangegeven met kleurbord. Vooraf online reserveren is verplicht en zorg dat je zelf al ingelopen bent voor de training begint.



**WOENSDAG\***

- 1 18:30 – 19:30 UUR: KIDS BAAN
- 2 19:00 -20:00 UUR: GROEP 1 BAAN
- 3 19:00 -20:00 UUR: GROEP 2 BAAN
- 4 20:15 -21:15 UUR: GROEP 3 BAAN
- 5 20:15 -21:15 UUR: GROEP 4 BAAN
- 6 20:15 -21:15 UUR: GROEP 5 BAAN

\* Voor en na de training zelf buiten de baan in- en uitlopen

## NIEUW

**Woensdag 't Lint: Athletic Masters o.l.v. Vincent en Hein**

Op woensdagavond gaan de Athletic Masters niet meer op de atletiekbaan, maar in twee separate groepen op 't Lint trainen onder leiding van trainers Vincent en Hein. Verzamelen respectievelijk bij Castellum Hoge Woerd (Masters groen) en 't Lint ter hoogte van de sensorpoort Smalle Themaat (groep geel) Kom zoveel mogelijk op de fiets en/of lopend naar de locaties toe en zorg dat jezelf al warmgelopen bent voordat de training begint. Vooraf online reserveren is verplicht!



**WOENSDAG**

**2 LOCATIES 'T LINT \***

**1. CASTELLUM**

- 1 19:30 – 21:00 UUR : MASTERS 1  
\* 3KM IN-EN UITLOPEN ZELF DOEN

**2. SMALLE THEMAAT**

- 2 19:30 -21:00 UUR:MASTERS 2  
\* 3KM IN-EN UITLOPEN ZELF DOEN

**WWW.ATHLETICPOINT.NL**

**NIEUW**

**Zaterdag:** 3 locaties op 't Lint: Castellum Hoge Woerd, RDRA hardloopspecialzaak, Maximapark (Lelievijver/Vlindertuin)

Tot nader order vertrekken wij op zaterdagochtend niet vanuit SC Oudenrijn, maar verzamelen wij per niveaugroep op een verschillende locatie(zie hieronder). Kom zoveel mogelijk op de fiets of (hard) lopend naar de desbetreffende locatie van jouw keuze. Vooraf reserveren/aanmelden is verplicht, waarbij geldt: vol=vol en zorg dat jij voor de training al zelfstandig hebt ingelopen.



A graphic for Saturday training. It features a central red circle with white text on a background of a runner's legs. The text is organized into horizontal bars. On the left and right sides, there is a vertical logo for 'athleticpoint FOR TOTAL RUNNING' with a stylized runner icon. The central text reads:

- ZATERDAG**
- 3 LOCATIES 'T LINT**
- 1. LOCATIE CASTELLUM**
- 1 9:00 – 10:15 UUR : GROEP GEEL**
- 2. VERTREK RDRA ACADEMY**
- 2 9:00 -10:15 UUR :GROEP GROEN**
- 3. VLINDERTUIN**
- 3 9:00 -10:15 UUR :GROEP BLAUW**
- WWW.ATHLETICPOINT.NL**

**Zondag:** 2 locaties op 't Lint: Vertrek vanuit de Rob Druppers Running Academy

Tot nader order vertrekken wij op zondagochtend niet vanuit SC Oudenrijn, maar verzamelen wij bij de RDRA. Kom zoveel mogelijk op de fiets of (hard) lopend naar de desbetreffende locatie van jouw keuze. Vooraf reserveren/aanmelden is verplicht, waarbij geldt: vol=vol en zorg dat jij voor de training al zelfstandig hebt ingelopen.



A graphic for Sunday training. It features a central red circle with white text on a background of a runner's legs. The text is organized into horizontal bars. On the left and right sides, there is a vertical logo for 'athleticpoint FOR TOTAL RUNNING' with a stylized runner icon. The central text reads:

- ZONDAG**
- 1. RDRA ACADEMY**
- 8:30 UUR : LLD MASTERS 1 & 2\***
- \* Lopen route tegengesteld**
- 2. RDRA ACADEMY**
- 1 9:00 – 10:15 UUR : GROEP 1**
- 2 9:00 -10:15 UUR :GROEP 2**
- WWW.ATHLETICPOINT.NL**

**Zondag:** Rob Druppers Running Academy (Athletic Masters)

Athletic Masters vertrekken op zondagochtend om 8:30 uur vanuit de Rob Druppers Running Academy. Vooraf reserveren/aanmelden is verplicht, waarbij geldt: vol=vol



ZONDAG

RDRA ACADEMY

8:30 UUR : LLD MASTERS 1 & 2\*

\* Lopen route tegengesteld

[WWW.ATHLETICPOINT.NL](http://WWW.ATHLETICPOINT.NL)

The image is a promotional flyer for a Sunday run. It features a central circular graphic with a red tint, showing a person's legs and feet in red running shoes on a track. The text is overlaid on this graphic and the background. The background is a blurred image of a person running on a track. The logo on the left and right sides of the flyer consists of the text 'athleticpoint' in a stylized font, with 'FOR TOTAL RUNNING' written vertically next to it. The logo on the right also includes the text 'CENTRALE TRAINING' written vertically.