Dag		Training	Niveau	Locatie	Start	Einde
Zo	**1/10/2023**	**Geen training**				
Ma	2/10/2023	Zwemmen	Z3	ZB Avelgem	19u15	20u15
Wo	4/10/2023	Lopen	L1-L2-L3	AP Zwevegem	16u00	17u30
Do	5/10/2023	Zwemmen	Z3	Lago Zwevegem	18u30	20u00
Za	7/10/2023	Lopen	L1-L2-L3	AP Zwevegem	08u30	10u00
Za	7/10/2023	Zwemmen	Z3	ZB Avelgem	17u15	18u45
Zo	**8/10/2023**	**Run & bike**		**SH Avelgem**	**09u00**	**10u30**
Ma	**9/10/2023**	**Core - mobiliteit**	**optie**	**GS Heestert**	**19u30**	**20u30**
Wo	11/10/2023	Zwemmen	Z3	Lago Zwevegem	18u00	19u30
Do	12/10/2023	Zwemmen	Z3	Lago Zwevegem	18u30	20u00
Za	14/10/2023	Lopen	L1-L2-L3	AP Zwevegem	08u30	10u00
Za	14/10/2023	Zwemmen	Z3	ZB Avelgem	17u15	18u45
Zo	**15/10/2023**	**MTB Kriere route**		**SH Avelgem**	**09u00**	**11u00**
Ma	16/10/2023	Zwemmen	Z3	ZB Avelgem	19u15	20u15
Wo	18/10/2023	Lopen	L1-L2-L3	AP Zwevegem	16u00	17u30
Do	19/10/2023	Zwemmen	Z3	Lago Zwevegem	18u30	20u00
Za	21/10/2023	Lopen	L1-L2-L3	AP Zwevegem	08u30	10u00
Za	21/10/2023	Zwemmen	Z3	ZB Avelgem	17u15	18u45
Zo	**22/10/2023**	**Indoor omnisport**		**SH Avelgem**	**09u00**	**10u30**
Ma	**23/10/2023**	**Core - mobiliteit**	**optie**	**GS Heestert**	**19u30**	**20u30**
Wo	25/10/2023	Zwemmen	Z3	Lago Zwevegem	18u00	19u30
Do	26/10/2023	Zwemmen	Z3	Lago Zwevegem	18u30	20u00
Za	28/10/2023	Lopen	L1-L2-L3	AP Zwevegem	08u30	10u00
Za	28/10/2023	Zwemmen	Z3	ZB Avelgem	17u15	18u45
Zo	**29/10/2023**	**Trailrun**		**Kluisbos**	**09u00**	**10u30**
Ma	30/10/2023	Zwemmen	Z3	ZB Avelgem	19u15	20u15