

Training 30 oktober 2022

Op zondag 30 oktober zal er weer een training voor snelwandelaars plaatsvinden. Dit keer zijn we te gast bij Astylos in Tiel. Han Holtslag heeft voor de contacten met de vereniging gezorgd en de training zal door mij worden verzorgd.

Locatie: clubgebouw Predikbroedersweg 10; 4003 AL Tiel
[Astylos Tiel | Atletiek- en survivalrunvereniging](#)

Deze training staat open voor alle snelwandelaars, maar is zeker ook geschikt voor de prestatiewandelaar die zijn of haar techniek wil verbeteren!

Het globale programma voor deze training is:

09:30 – 09:45 uur	Ontvangst deelnemers.
10:00 – 12:00 uur	Ochtendtraining.
12:15 – 13:15 uur	Lunch.
13:30 – 15:45 uur	Middagtraining.
16:00 – 16:30 uur	Napraten en afsluiting.

Han heeft aangegeven dat de kosten voor de training en koffie/thee en lunch € 10,- bedragen.

Voor nadere informatie en aanmelding (graag uiterlijk 22 oktober) kun je contact met mij opnemen via henkplasman57@gmail.com

Deelnemers krijgen enkele dagen voorafgaand nog nadere informatie toegezonden.

Met vriendelijke groet en blijf



Henk

De (voorlopige) planning van alle trainingen in de winterperiode 2022/2023:

Datum	Plaats	Organisatie	Trainer
30 oktober 2022	Tiel	Han	Henk
26 november 2022	Naaldwijk	Gerrit	Henk
17 december 2022	Tilburg	Hans	Henk
21 januari 2023	Best	Henk	Henk
18 februari 2023	Pernis	Wilfried	Henk
11 maart 2023	Drunen	Theo	Theo