

Programma augustus/september groep 9

22-aug-18 10x 3 min.

29-aug-18 Gezamenlijke training met alle groepen op de atletiekbaan van AV'40

5-sep-18 3x (1-2-3-4 min.)

12-sep-18 15x 2 min. Trainer ?

19-sep-18 3x 10 min. Trainer ?

26-sep-18 2-4-6-8-10 min.