

	maan- dag	dinsdag		woens- dag	donder- dag	vrij- dag	zater- dag	zon- dag
9.00				Stardo 9-15 u				
10.00								
11.00								
12.00					Stardo 12-15 u			
13.00							Basiskracht 13–15 u	
14.00								
15.00								
				Veteran-8 15.30-17u				
16.00								
17.00								
18.00	Wedstrijd 18–19.30 uur	Boord Instructie 18-19.30 uur	Wedstrijd 18- 19.30 uur beperkt 2x kracht +RP3	Wedstrijd 18–19.30 uur	Wedstrijd 18–19.30 uur	Wedstrijd 18 –19.30 uur		
19.00								
	Beginners instructie 19.30-21 uur	Beginnersinstructie 19.30-21 uur				Zeil 19.30-21 uur		
20.00								
21.00								
22.00								