

Trainingsschema zaal Hercules

2022-2023

| Maandag | | |
|-------------------|-----------------------|---------------|
| Tijd | Team | Sporthal |
| 17.30 – 19.00 uur | HCJ | Boswijk |
| 19.00 – 20.30 uur | HBJ + HAJ | Boswijk |
| 20.30 – 22.30 uur | Heren selectie | Boswijk |
| Dinsdag | | |
| Tijd | Team | Sporthal |
| 17.30 – 18.30 uur | F-jeugd | Boswijk |
| 18.30 – 20.00 uur | DBJ | Boswijk |
| 20.00 – 21.30 uur | Heren + Dames breedte | Boswijk |
| 17.30 – 19.00 uur | D jeugd | Piet Vink |
| 19.00 – 20.30 uur | DCJ | Piet Vink |
| 20.30 – 22.30 uur | Heren selectie | Loosduinen |
| Woensdag | | |
| Tijd | Team | Sporthal |
| 17.30 – 19.00 uur | E-jeugd | Boswijk |
| 19.00 – 20.15 uur | Heren + Dames breedte | Boswijk |
| 20.15 – 21.30 uur | Wedstrijd midweek | Boswijk |
| Donderdag | | |
| Tijd | Team | Sporthal |
| 17.30 – 19.00 uur | D-jeugd | Boswijk |
| 19.00 – 20.30 uur | HBJ + HAJ | Boswijk |
| 20.30 – 22.30 uur | Heren selectie | Boswijk |
| 17.30 – 19.00 uur | DCJ | Piet Vink |
| Vrijdag | | |
| Tijd | Team | Sporthal |
| 17.30 – 19.00 uur | HCJ | Boswijk |
| 19.00 – 20.30 uur | HBJ + HAJ | Boswijk |
| 17.30 – 19.00 uur | E jeugd | Leidschenveen |
| 18.30 – 20.00 uur | DBJ | Piet Vink |