

# Regiotrainingen nieuwe stijl

Revisie 6 d.d. 22-3-2024

Seizoen 2023-2024

Sporthal de Scheg, grote zaal  
Piet donkplein 1  
Deventer



Regiotrainingen  
Nieuwe stijl

Trainingstijd: 10.00-12.30 uur

WEEK	DAG	DATUM	Bijzonderheden
37	zondag	17-sep	Training 1 Selectietraining
38	zondag	24-sep	
39	zondag	1-okt	Training 2 Aansluitend ouderbijeenkomst
40	zondag	8-okt	Training 3
41	zondag	15-okt	Herstvakantie midden
42	zondag	22-okt	Herstvakantie midden en noord
43	zondag	29-okt	Herfstvakantie noord
44	zondag	5-nov	Training 4
45	zondag	12-nov	Training 5
46	zondag	19-nov	Training 6
47	zondag	26-nov	Training 7 Douchepraatjes ActionTypes
48	zondag	3-dec	Sinterklaas
49	zondag	10-dec	Meetrainster Suus Gerritsen (Dynamo-eredivisie en jong-Oranje)
	zondag	10-dec	Eredivisiewedstrijd (Heren) TalentTeam Papendal - PDK Huizen; aanwezig 13.30 uur in de Van der Knaaphal, Ede ;
50	zondag	17-dec	Training 9 Regio & Friends
51	zondag	24-dec	Kerstvakantie
52	zondag	31-dec	Kerstvakantie
<b>2024</b>			
1	Zaterdag	6-jan	Voorronde NOJK 2024
1	zondag	7-jan	Kerstvakantie
2	zondag	14-jan	Training 10 Douchepraatje: Trainingsprincipes
3	zondag	21-jan	Training 11
4	zondag	28-jan	
5	zondag	4-feb	Training 12
6	zondag	11-feb	Training 13
7	zaterdag	17-feb	Halve finale NOJK 2024
7	zondag	18-feb	Voorjaarsvakantie noord en midden
8	zondag	25-feb	Voorjaarsvakantie noord en midden
8	zondag	3-mrt	Training 14
9	zondag	10-mrt	Training 15 Jort van der Laan, libero van Jong- Oranje en Talentteam (eredivisie) - onder voorbehoud van programma Jong-Oranje
10	zondag	17-mrt	Training 16 Eredivisiewedstrijd (Dames) Apollo 8 tegen Friso Sneek; aanwezig 13.10 uur in hal van De Veste in Borne;
11	zondag	24-mrt	Training 17
12	zaterdag	30-mrt	Finale NOJK 2024
12	zondag	31-mrt	Eerste paasdag

			Meetrainster Evie v. Kerkvoorde (Sliedrecht sport D1 - eredivisie)
			<i>Douchepraatje Voeding, Lieke Dommerholt, sportdiëtist bij de professionele wielploeg Team DSM, oprichtster van Foodboss en zelf een voormalig topvolleybalster</i>
13 zondag	7-apr	Training 18	
14 zondag	14-apr	Training 19	
15 zondag	21-apr	Training 20	Eindtoernooi in Deventer; wedstrijden van 10-ca. 15 uur; 9.30 uur aanwezig
16 zondag	28-apr		Meivakantie
17 zondag	5-mei		Bevrijdingsdag
18 zondag	12-mei		Hemelvaartweekend
19 zondag	19-mei		Pinksterweekend
20 Zaterdag	25-mei		Twellolands (Vierhofstedentoernooi)
21 Zaterdag	1-jun		Reserveren Off-season toernooi; 11-13 uur
22 Zaterdag	8-jun		Reserveren Off-season toernooi; 11-13 uur
23 Zaterdag	15-jun		Reserveren Off-season toernooi; 11-13 uur
24 Zaterdag	22-jun		Reserveren Off-season toernooi; 11-13 uur
25 Zaterdag	29-jun		Reserveren Off-season toernooi; 11-13 uur

#### Opmerkingen:

- Cursief gedrukte teksten zijn onder voorbehoud
- NOJK = Nederlandse Open Jeugd Kampioenschappen (ofwel 'Open club'). Dit is het belangrijkste jeugdtoernooi van Nederland. Het is ter kennisgeving opgenomen in de planning. Vanuit de regiotrainingen is hier geen activiteit aan gekoppeld.
- De ouderbijeenkomst/douchepraatjes zijn direct aansluitend op de training in de Avior-kantine bovenaan trap en duren ongeveer half uur.
- Voor het bezoek aan de eredivisie wedstrijden, verzamelen we bij de betreffende sporthal, ca. 1 uur voor aanvang. Nader bericht volgt.
- Na 3 succesvolle jaargangen, zijn vorig jaar de 'Off-season toernooien' niet doorgegaan wegens te weinig belangstelling. Dit jaar gaan we het gewoon weer proberen. Het is op zaterdag tussen 11 en 13 uur. De toernooien zijn aanvullend voor de liefhebbers van de regiotrainingen en de vrijdagtrainingen van de Deventer Volleybal Academie. Het is op zaterdag met als doel het wegvallen van de competitie en zondagtrainingen op te vangen. Het is niet verplicht, maar wel leuk! Het zijn onderlinge toernooien in verschillende wedstrijdvormen (1 tegen 1, 2 tegen 2 etc). Planning is zeer indicatief. Nadere informatie volgt.