

Trainingschema maandag 13 december tot en met zondag 19 december

| Dag | Sporthal | Gedeelte | Tijdstip | Team | Trainer |
|-------------|-----------|----------|-----------------|-------------------------------|---|
| Ma 13 dec | Oentsjerk | ABC | 15.00u – 16.00u | Inlooptraining E1, E2, D1, D2 | Jelke Heeg* Berber Koopmans Marlou van Dijk Jelmer Kerkhof |
| Ma 13 dec | Oentsjerk | ABC | 16.00u – 17.00u | Inlooptraining C1, C2, A2, A3 | Jelmer Kerkhof* Marijke Mosselaar Nathan Sprey, Twan van Straaten |
| Di 14 dec | Oentsjerk | ABC | 15.00u – 16.00u | Inlooptraining F1, E3, E4 | Merle de Jong* Jade van der Meer Eva Boers |
| Di 14 dec | Oentsjerk | ABC | 16.00u – 17.00u | Inlooptraining C1, C2, B2 | Jade van der Meer Merle de Jong Dynke Ebbers Eva Boers |
| Di 14 dec | Tytsjerk | Gymzaal | 16.00u – 17.00u | Inlooptraining E5, E6 | Marijke Venema* Nienke Dijkstra |
| Wo 15 dec | Oentsjerk | ABC | 15.00u – 16.00u | HAL NIET BESCHIKBAAR | |
| Wo 15 dec | Oentsjerk | ABC | 16.00u - 17.00u | HAL NIET BESCHIKBAAR | |
| Do 16 dec | Oentsjerk | ABC | 15.00u – 16.00u | Inlooptraining D1, D2 | Rianne van der Werf* Esther Kloosterman Nils Faber Jarno Duindam Sybrand Kikkert |
| Do 16 dec | Oentsjerk | ABC | 16.00u – 17.00u | Inlooptraining A1, A2, B1 | Esther Kloosterman* Rianne van der Werf Romee Kuijper Marlou tot 16.40u |
| Vrij 17 dec | Oentsjerk | AB | 15.00u – 16.00u | Inlooptraining B2, A3 | Jelmer Kerkhof* Romee Kuijper Sjoerd Prins |
| Vrij 17 dec | Oentsjerk | AB | 16.00u – 17.00u | Inlooptraining A1, B1 | Nathan Sprey* Jelmer Kerkhof André Mosselaar |
| Vrij 17 dec | Tytsjerk | Gymzaal | 15.00u – 16.00u | Inlooptraining F2 | Thirza Faber* Twan van Straaten Mirjam Faber |