

De trainingen vinden elke week op de dinsdagen plaats in de Scherphornhal te Uithuizermeeden.

TEAM: □ □ □ □ □ VAN: □ TOT:

Jeugd		18:30	19:30
Dames 1		20:00	22:00
Dames 2		19:30	21:30
Heren 1		20:30	22:30
Heren 2		20:30	22:30

De jeugd van traint van **18:30 uur tot 19:30 uur**.

In de trainingen worden de veel voorkomende onderdelen van het spel, naar leeftijd en niveau, beoefend.

Het tweede damesteam traint van **19:30** uur tot **21:30** uur.

Het eerste damesteam traint van **20:00** uur tot **22:00** uur.

Het eerste herenteam traint gescheiden van elkaar vanaf **20:30**uur tot **22:30** uur.

Tijdens de training worden alle onderdelen van het volleybalspel op een fanatieke en leuke manier beoefend.

Voor de spelers die uitkomen in de competitie is de manier waarop wordt getraind dan ook een manier om, met hun passie voor het volleyballen, samen een gezellige en vooral een sportieve vereniging te vormen.