

## Oefenprogramma Beloften KVK Westhoek seizoen 2019 - 2020

Week	Dag	Datum	Activiteit	Uur	Veld
	Zaterdag	18-mei	Eerste testafname	9u30	T2
1	10/06 - 30/06		Individuele voorbereiding		
2	01/07- 09/07		RUST		
1	Woensdag	10-jul	Tweede testafname + Training	19u15	
	Donderdag	11-jul	Training	19u15	
	Vrijdag	12-jul	Training	19u15	
2	Maandag	15-jul	Training	19u15	
	<b>Dinsdag</b>	<b>16-jul</b>	<b>Club Brugge U18 - KVK</b>	<b>18u30</b>	<b>Kunstgras</b>
	Woensdag	17-jul	Hersteltraining	19u15	
	Donderdag	18-jul	Training	19u15	
	<b>Vrijdag</b>	<b>19-jul</b>	<b>KVK - GS Voormezele 1ste pl.</b>	<b>19u15</b>	<b>T2</b>
	Zaterdag	20-jul	Hersteltraining	9u30	
3	Dinsdag	23-jul	Training	19u15	
	Donderdag	25-jul	Training	19u15	
	Zondag	28-jul	Training	9u30	
4	Dinsdag	30-jul	Training	19u15	
	<b>Donderdag</b>	<b>1-aug</b>	<b>KWS Houthulst 1ste pl. - KVK</b>	<b>19u30</b>	<b>Kunstgras</b>
	Vrijdag	2-aug	Hersteltraining (loopschoenen)	19u15	
	Zondag	4-aug	Training	9u30	
5	<b>Dinsdag</b>	<b>6-aug</b>	<b>Sparta Dikkebus 1ste pl. - KVK</b>	<b>19u15</b>	
	Woensdag	7-aug	Hersteltraining (loopschoenen)	19u15	
	<b>Donderdag</b>	<b>8-aug</b>	<b>SK Nieuwerkerke 1ste pl. - KVK</b>	<b>19u15</b>	
	Vrijdag	9-aug	Hersteltraining (loopschoenen)	20u.	
	Zondag	11-aug	Training	9u30	
6	<b>Maandag</b>	<b>12-aug</b>	<b>KM Torhout - KVK</b>	<b>19u30</b>	<b>Kunstgras</b>
	<b>Woensdag</b>	<b>14-aug</b>	<b>Stage Tongerlo + oefenwed. (o.v.)</b>	<b>Vertrek 15u. Crackstadion</b>	
	<b>Donderdag</b>	<b>15-aug</b>			
	<b>Vrijdag</b>	<b>16-aug</b>			
Zondag	18-aug	Training (onder voorbehoud)	9u30		
7	<b>Maandag</b>	<b>19-aug</b>	<b>KVK - KSV Oostkamp</b>	<b>19u30</b>	<b>T1</b>
	Dinsdag	20-aug	Hersteltraining	19u15	
	Donderdag	22-aug	Training	19u15	
	<b>Vrijdag</b>	<b>23-aug</b>	<b>KVK - Sparta Petegem</b>	<b>20u.</b>	<b>T1 of T2</b>
	Zondag	25-aug	Hersteltraining	9u30	
8	Dinsdag	27-aug	Derde testafname + Training	19u15	
	Donderdag	29-aug	Training	19u15	
	<b>Vrijdag</b>	<b>30-aug</b>	<b>Start competitie</b>		
	Zondag	1-sep	Training	9u30	