

## November:

- Jeugd tot en met cat 5 trainen op dinsdag en donderdag van 18.00-19.00. Hierbij ligt de nadruk op plezier en spel met veel stuurvaardigheid en technische handelingen.
- jeugd vanaf cat 6 en 7 , nieuwelingen/junioren plus overige liefhebbers , licentiehouders etc trainen op dinsdagavond van 19.00-20.30u. Dit zal een bloktraining zijn die veelal zelfstandig uitgevoerd dient te worden. Op donderdagavond kan deze groep een techniek training verwachten.
- dinsdag 20 november organiseren we een avondwedstrijd voor iedereen. Er zal in 3 groepen gestart worden. groep 1 categorie 1 t/m 4 aanvang 18.00u (15min wedstrijd) , groep 2 cat 5 t/m 7 plus nieuwelingen aanvang 18.30u (30min wedstrijd), groep 3 overige licentiehouders , liefhebbers etc aanvang 19.15u (45min wedstrijd)
- Elk weekend zal er gezamenlijk een veldtoertocht gereden worden, programma hier onder. dit voor Jeugd cat 6 , 7 en nieuwelingen/junioren plus overige licentiehouders of liefhebbers. Vervoer van en naar de startlocatie zelf regelen . Renners die jonger zijn of renners van cat 6 en/of 7, nieuweling die het relatief lage tempo niet bij kunnen houden, kunnen natuurlijk ook de toertochten rijden. De begeleiding van deze groep zal door de ouders gebeuren, graag even onderling afstemmen.
- Infoavond woensdag 28 november 19.00u (voor renners en begeleiders) training en wat te doen om op niveau te komen, wat is trainingsbelasting en belastbaarheid. Dit voor alle categorieën binnen de KWC



November		
Do 1	Jeugd t/m categorie 5 (indeling 2019) Jeugd categorie 6 en 7, nieuwelingen/junioren licentiehouders en liefhebbers	Mountainbike/veldrittraining 18.00 – 19.00 uur Mountainbike/veldrittraining (Techniek) 19.00 – 20.30 uur
Za 3	Veldtoertocht Nunspeet 50 km	9.00 uur aanwezig, vertrek 9.30 uur Sporthal de Feitenhof, Elektroweg 5
Di 6	Jeugd t/m categorie 5 (indeling 2019) Jeugd categorie 6 en 7, nieuwelingen/junioren licentiehouders en liefhebbers	Mountainbike/veldrittraining 18.00 – 19.00 uur Mountainbike/veldrittraining (Bloktraining) 19.00 – 20.30 uur
Do 8	Jeugd t/m categorie 5 (indeling 2019) Jeugd categorie 6 en 7, nieuwelingen/junioren licentiehouders en liefhebbers	Mountainbike/veldrittraining 18.00 – 19.00 uur Mountainbike/veldrittraining (Techniek) 19.00 – 20.30 uur
Za 10	Veldtoertocht Ermelo 60 km	9.00 uur aanwezig, vertrek 9.30 uur Clubgeb. de muzenhof, Leuvenemseweg 66
Di 13	Jeugd t/m categorie 5 (indeling 2019) Jeugd categorie 6 en 7, nieuwelingen/junioren licentiehouders en liefhebbers	Mountainbike/veldrittraining 18.00 – 19.00 uur Mountainbike/veldrittraining 19.00 – 20.30 uur
Do 15	Jeugd t/m categorie 5 (indeling 2019) Jeugd categorie 6 en 7, nieuwelingen/junioren licentiehouders en liefhebbers	Mountainbike/veldrittraining 18.00 – 19.00 uur Mountainbike/veldrittraining (Techniek) 19.00 – 20.30 uur
Za 17	Veldtoertocht Wapenveld 60 km	Aanwezig 9.00 uur, vertrek 9.30 uur Kantine WZC, Zandbergen 4
Di 20	Avondwedstrijd Groep 1 (cat. 1 t/m 4) Groep 2 (cat. 5 t/m nieuwelingen) Groep 3 (overig)	Aanvang 18.00 uur (15 minuten) Aanvang 18.30 uur (30 minuten) Aanvang 19.15 uur (45 minuten)
Do 22	Jeugd t/m categorie 5 (indeling 2019) Jeugd categorie 6 en 7, nieuwelingen/junioren licentiehouders en liefhebbers	Mountainbike/veldrittraining 18.00 – 19.00 uur Mountainbike/veldrittraining (Techniek) 19.00 – 20.30 uur
Za 24	Veldtoertocht Heerde 75 km	Aanwezig 9.00 uur, vertrek 9.30 uur Kantine vv Heerde, veldweg 1a

Di 27	Jeugd t/m categorie 5 (indeling 2019) Jeugd categorie 6 en 7, nieuwelingen/junioren licentiehouders en liefhebbers	Mountainbike/veldrittraining 18.00 – 19.00 uur Mountainbike/veldrittraining 19.00 – 20.30 uur
Wo 28	Info-avond voor alle renners	Aanvang 19.00 uur
Do 29	Jeugd t/m categorie 5 (indeling 2019) Jeugd categorie 6 en 7, nieuwelingen/junioren licentiehouders en liefhebbers	Mountainbike/veldrittraining 18.00 – 19.00 uur Mountainbike/veldrittraining (Techniek) 19.00 – 20.30 uur