


Overzicht trainingstijden Olympica

- Fytaal medische training met begeleiding
- Vrije training zonder begeleiding op vrije uren = 

| Tijden | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
|---------------|--|---|--|---|---|
| 8.00 – 9.00 | Fytaal medische training (8.30 - 9.30) |  |  | Fytaal medische training (8.30 - 9.30) |  |
| 9.00 - 10.00 | Fytaal medische training (9.30 - 10.30) | Longrevalidatie | Fytaal medische training | Fytaal medische training (9.30 - 10.30) | Longrevalidatie |
| 10.00 – 11.00 | Longrevalidatie | Orthopedische revalidatie |  | Longrevalidatie |  |
| 11.00 – 12.00 | Longrevalidatie | Senioren Fytaal | Orthopedische revalidatie | Longrevalidatie | Fytaal medische training (11.15-12.15) |
| 12.00 – 13.00 | Longrevalidatie | Longrevalidatie |  | Longrevalidatie |  |
| 13.00 – 14.00 | OncoFytaal | HersenFytaal (13:30-14:30) | HersenFytaal (13:30-14:30) | OncoFytaal | Fytaal medische training (13:30-14:30) |
| 14.00 - 15.00 | Longrevalidatie | HersenFytaal (13:30-14:30) | SeniorenFYTaal (14:30-15:30) | Longrevalidatie | Fytaal medische training (13.30-14.30) |
| 15.00 – 16.00 |  | Longrevalidatie | Valpreventie (15:30-16:30) | Longrevalidatie |  |
| 16.00 – 17.00 | Longrevalidatie |  | Valpreventie (15:30-16:30) | Oefengroep Kinderfysiotherapie |  |
| 17.00 – 18.00 |  |  |  | Orthopedische revalidatie | Orthopedische revalidatie |
| 18.00 – 19.00 | Orthopedische revalidatie | Fytaal medische training (18.30-19.30) | xxxxxxx | Fytaal medische training (18.30-19.30) | xxxxxxx |
| 19.00 – 20.00 | Fytaal medische training | Fytaal medische training | Fytaal medische training | Fytaal medische training | xxxxxxx |
| 20.00 – 21.00 | Orthopedische revalidatie | Fytaal medische training (19.30-20.30) | xxxxxxx | Fytaal medische training (19.30-20.30) | xxxxxxx |

