Beste STW-ers,

De zomertrainingen zijn inmiddels in volle gang, dus wil jij ook op een leuke en gezellige manier je conditie op peil houden en vast werken aan de techniek voor komend schaatsseizoen? Sluit dan vooral aan bij een van de bostrainingen (maandag- en donderdagavond 18h30; verzamelen bij de Scheidingslaan), de fietstraining (zaterdagmiddag 14h30, verzamelen Scheidingslaan) of de skeelertraining (vrijdagavond, verzamelen 18h45 skeelerbaan EIJV). Ook als je nog niet eerder bent geweest, en gewoon een keer mee wilt doen, ben je van harte welkom. De trainingen zijn laagdrempelig en geschikt voor ieder niveau.

Wil je per training op de hoogte blijven, zijn er ook verschillende app-groepen voor de bos- en skeelertrainingen. Als je daaraan zou willen worden toegevoegd, stuur dan even een mail met je 06-gegevens naar [trainerscoordinator@stw-site.nl](mailto:trainerscoordinator@stw-site.nl)

In verband met de komende vakantieperiode hierbij vast wat verdere informatie per training:

**Bostrainingen:**

* De bostraining voor de jeugd heeft een zomerstop; geen trainingen 15, 22 en 29 juli, en 5 en 12 augustus.
* De bostraining op donderdag heeft een zomerstop; geen trainingen op 1, 8, 15 en 22 augustus
* De bostraining op maandag voor volwassenen/junioren gaat in principe heel de zomer door. In een incidenteel kan het zijn dat de trainer afwezig is, in dat geval wordt van te voren een schema gepubliceerd via de WhatsApp groep, zodat er gezamenlijk getraind kan worden op het gebruikelijke tijdstip.

**Skeelertrainingen**

* De skeelertrainingen voor de jeugd hebben een zomerstop; geen trainingen op 19 en 26 juli, en 2, 9 en 16 augustus.
* De skeelertraining voor junioren/senioren gaan in principe door op het gebruikelijke tijdstip. In de zomerweken kan het incidenteel zijn dat de trainer afwezig is, ook dan kan er gezamenlijk getraind worden. Actuele informatie via de WhatsApp groep; ook bij regen en wel/niet doorgaan van de training.

**Fietstraining:**

* De fietstraining gaat in principe de gehele zomer door op het gebruikelijke tijdstip (14h30 zaterdagmiddag, Scheidingslaan).
* Dat is tevens een mooie gelegenheid om goed te blijven trainen voor de STW fietstijdrit die op **7 september** gepland staat (gedurende de fietstraining op zaterdag; ook daarvoor verzamelen op gebruikelijke plaats/tijdstip).

Voor zowel de bos- als de skeelertraining geldt dat de oudste jeugdleden, in overleg, in de zomer mee kunnen trainen bij de junioren/seniorengroep. Mocht hier interesse voor zijn, stuur dan even een mail naar [trainerscoordinator@stw-site.nl](mailto:trainerscoordinator@stw-site.nl) om de mogelijkheden te overleggen.

We hopen jullie op de verschillende trainingen weer te zien!

Allemaal een goeie zomer gewenst namens de zomertrainers en de TC,

Sander Schot & Evert Los