

| Weekrooster HS-ZL | Locatie | Ma | Di | Wo | Do | Vrij | Za | Trainers |
|---|------------------------|---------------|---------------|-----------|---------------|-------------|---------------|--|
| Meisjes "Oud" | | | | | | | | |
| Handbaltraining | Havikstraat | | | | 16:30 - 18:00 | | | Natasja Bekker, Patrick Hendricks en Miriam Steins |
| Fysieke training | Medi-Sport | 16:30 - 18:00 | | | | | | Camiel Rodigas |
| Positie training 1 x per 2 weken | Havikstraat | | | | | | 09:30 - 11:00 | Kai Feldmann + Lions spelers |
| Meisjes "Jong" | | | | | | | | |
| Handbaltraining | Bradleystraat (kleesj) | | | | 16:00 - 17:30 | | | Lino Janssen en Mirjam Kraus |
| Fysieke training | Medi-Sport | 15:30 - 17:00 | | | | | | Roger Hendrix |
| Extra baltraining 1 x per 2 weken | Havikstraat | | | | | | 09:30 - 11:00 | Kai Feldmann + V&L speelsters |
| Jongens | | | | | | | | |
| Handbaltraining | Bradleystraat (kleesj) | 17:00 - 18:30 | | | | | | Maurice Canton en Aschwin versteegden |
| Fysieke training | Medi-Sport | | 16:30 - 18:00 | | | | | Camiel Rodigas |
| Extra baltraining 1 x per 2 weken | Havikstraat | | | | | | 08:00 - 09:30 | Maurice Canton + Lions spelers |
| Groep 7 - 8 Basisonderwijs meisjes | | | | | | | | |
| Handbaltraining | Munster Geleen | 16:00 - 17:30 | | | | | | Miriam Stein en Mirjam Kraus |
| Extra baltraining Meisjes 1 x per 2 weken | Havikstraat | | | | | | 08:00 - 09:30 | Miriam Steins + V&L speelsters |