Presteren over meerdere wedstrijddagen

Invulbaar of afdrukbaar · noteer je afspraken en beoordeel de volgende stap.

Toernooi en volledige planning

Hoofddoel per dag

Mijn gewone voorbereiding

Overgang die ik wil oefenen

Wat kost energie buiten het schieten?

Mijn herstel- en materiaalafspraken

Wat behouden we voor de volgende dag?

Wat bespreken we pas na het toernooi?

Waarnemingen over meerdere dagen

Plan na thuiskomst