Mijn vaste schotroutine

Korte kernwoorden, één aandachtspunt en een herkenbare volgende stap.

Naam

Datum / trainer

1 Mijn eigen kernwoorden

Onderdeel	Mijn kernwoord of korte aanwijzing
Klaarzetten	
Opbouwen	
Ankeren	
Richten en doorwerken	
Afwerken en herbeginnen	

2 Mijn aandachtspunt en afzetten

Deze training oefen ik dit ene punt

Hieraan herken ik dat ik gecontroleerd moet afzetten

3 Kort oefenen en terugkijken

Reeks	Aantal pijlen	Punt gelukt bij	Korte waarneming
1			
2			
3			

Mijn volgende stap, afgesproken met de trainer