Wedstrijdvaardigheden en tactiek

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

Wedstrijd, datum, categorie en formule

Belangrijke momenten uit het programma

Mijn uitvoeringsdoel

Wat oefen ik vooraf in een simulatie?

Mijn plan bij wind, wachten of onderbreking

Afspraken over informatie en coaching

Teamrol en communicatie, indien van toepassing

Een bewuste beslissing tijdens de wedstrijd

Uitvoering, resultaat en beleving

Volgende trainingsactie