

Programma's

- Winterseizoen – oktober t/m maart – nadruk op trainingen
- Zomerseizoen - april t/m september – nadruk op wedstrijden

PERIODE (1) OKT-MRT	C ZUID- NOORD	B SELECTIE	JONG ORANJE	ORANJE
DAG	WO MIDDAG	ZAT;	ZAT, ZO	VR, ZAT, ZO
PER WEEK	½ P.W	1X P.W	1,5-2X P.W	2-3 P.W
LOCATIE NL	IN DE REGIO	MEERDER E LOCATIES	MEERDERE LOCATIE	CENTRAAL
STAGES		3-4 WEKEND TRAINING EN	1-2 X 1 WEEK WINTERKAM P BUITENLAND	4X 1 WEEK WINTERKAM P BUITENLAND

PERIODE (2) APR-SEPT	C ZUID-NOORD	B SELECTIE	JONG ORANJE	ORANJE
DAG	WO MIDDAG	GEVARIEERD	GEVARIEERD	GEVARIEERD
PER WEEK	½ P.W	1X P.W	1,5-2X P.W	2-3 P.W
LOCATIE NL	IN DE REGIO	MEERDERE LOCATIES	MEERDERE LOCATIES	MEERDERE LOCATIES
STAGES	2-3 DGN ZOMER- KAMP NL	2-3 DGN ZOMER- KAMP NL	2-3 DGN ZOMER- KAMP NL	4- 5 DGN ZOMER- KAMP NL