

Competitie Benjamins en ouder Jan / Stijn / Glenn

Benjamins:

1^{ste} jaar (geboren in 1999)

Trainingsuren:

Maandag	17h00 – 18h00
Dinsdag	17h00 – 18h00
Woensdag	17h00 – 18h00
Donderdag	17h00 – 18h00
Vrijdag	17h00 – 18h00
Zaterdag	18h00 – 20h00 (van 18h00 tot 18h30 Fitnessstraining)

Minimum vereist aantal uren per week = 5

2^{de} jaar(geboren in 1998)

Trainingsuren:

Maandag	17h00 – 18h00
Dinsdag	17h00 – 18h00
Woensdag	17h00 – 19h00
Donderdag	17h00 – 18h00
Vrijdag	17h00 – 19h00
Zaterdag	07h30 – 09h00 18h00 – 20h00 (van 18h00 tot 18h30 Fitnessstraining)

Minimum vereist aantal uren per week = 6

Miniemen en ouder (geboren in 1997 en vroeger)

Vanaf miniem kiest men voor de A of de B-groep

Trainingsuren A-groep:

Maandag	17h00 – 19h00
Dinsdag	17h00 – 19h00
Woensdag	17h00 – 19h00 (van 16h00 – 17h00 Fitnesstraining voor 2 ^{de} jaar miniemen en ouder)
Donderdag	17h00 – 19h00
Vrijdag	17h00 – 19h00
Zaterdag	07h30 – 09h00 18h00 – 20h00

16h30 – 18h00 (Fitnesstraining voor 2^{de} jaar miniemen en ouder)
18h00 – 18h30 (Fitnesstraining voor 1^{ste} jaar miniemen)

Minimum vereist aantal uren per week (Fitnesstraining niet inbegrepen)
= 8 voor miniemen (geboren in 1997/1996)
= 10 voor cadetten en ouder(geboren in 1995 en vroeger)

Trainingsuren B-groep:

Woensdag	17h00 – 19h00
Vrijdag	17h00 – 18h00
Zaterdag	18h00 – 20h00

Minimum vereist aantal uren per week = 4

Beperkingen B-groep

- Geen deelname aan buitenlandse wedstrijden (bv Bonn) en internationale wedstrijden (bv Vlaamse Open /Daimonds)
- Geen deelname aan nationale en regionale kampioenschappen (Belgische en – Jeugdkampioenschappen , Vlaamse Kampioenschappen)
(Uitzondering is Zomer criterium, mits deelname aan de stage)
- Bij wedstrijden met beperkte deelname, voorrang voor A-groep.
- Geen extra ochtendtrainingen tijdens vakanties.
- Geen Fitness