



Nationale Selecties en Selectiecriteria

4 februari 2025



Selecties A-toernooien

- Kampioen of vicekampioen
- Vormbehoud
- Deelname aan de Nationale en/of Regionale trainingen
- Deelname voorbereidend trainingskamp





Selecties B / Jeugd toernooien

- Vicekampioen en/of beloftevolle atleet
- Vormbehoud
- Deelname aan de Nationale en/of Regionale trainingen
- Aanwezigheid voorbereidend trainingskamp





Vormbehoud:

- fysieke testen:
looptesten

- specifieke testen:
sparring

- gewichtsbeheersing:





Selectiecriteria Elite



Selectiecriteria Nr 1:

- Medaille A-toernooi
- Minimum 13 landen aanwezig
- 3 wedstrijden positief beslecht
- Fysieke paraatheid
- Vormbehoud/testen
- Gewichtsbeheersing



Selectiecriteria Prospect

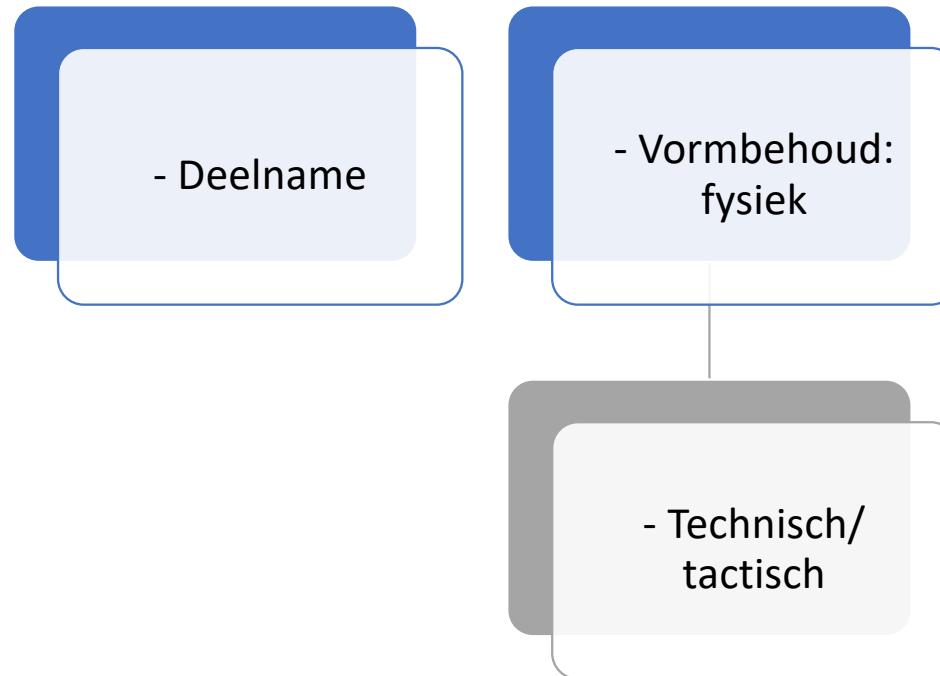


Selectiecriteria jeugd:

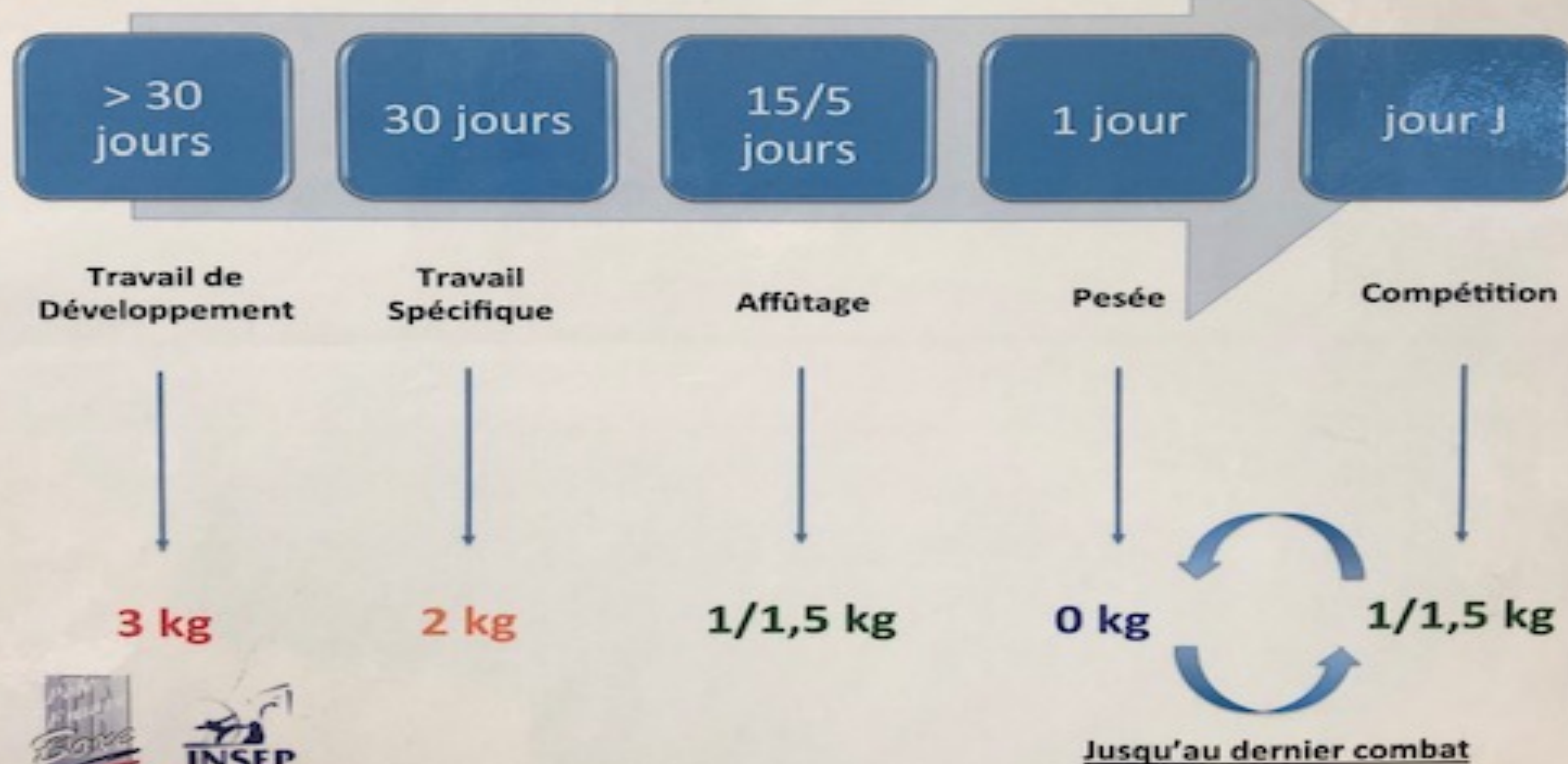
- Nr 1
- Medaille A-toernooi
- Minimum 13 landen aanwezig
- Vormbehoud/testen



Trainingskamp voorafgaand aan toernooi



Gestion du poids du boxeur



Weight Targets



5 weeks	4 weeks	3 weeks	2 weeks	1 week	Category
53.6	53	52.5	52	51.5	51
54.6	54.1	53.6	53	52.5	52
59.7	59.2	58.6	58.1	57.5	57
62.8	62.2	61.7	61.1	60.6	60
65.9	65.3	64.7	64.2	63.6	63
66.9	66.3	65.7	65.2	64.6	64
72	71.4	70.8	70.2	69.6	69
78	77.4	76.8	76.2	75.6	75
84.1	83.5	82.8	82.2	81.6	81
94.3	93.6	93	92.3	91.7	91

Never go above your 5 week target!



A-toernooien

- Januari: OZNK
- Februari: Opstart RTC/NTC
- April: Elite: 11-13 Gee Bee (Finland)
- April: Elite: Dualmatch Italië
- Mei: Elite: Round of Robin (Duitsland)
- Juni: Elite: Eindhoven Box Cup
- Juli: Elite: 21-28 WBC Dusseldorf (Duitsland)
- Augustus: Elite: trainingskamp Duitsland/Wales
- September: WK Liverpool (Engeland)



B / Jeugd toernooien



- Maart: Youth: 26-29/03. Danas Pazniak (Litouwen)
- April: Italie: Dualmatch
- Mei: J/Y/E: 10-11 Pirka (Finland)
- Juni: J/Y/E: 27-29: Hull Box Cup (Engeland)
- Oktober: EK U19 Tsjechie
- Oktober: EK U22 TBD



Praktisch



Nationale Trainingen

- Dinsdag 19.00– 20.30
- Zaterdag 10.00 – 16.00

Regionale Trainingen

- Starten vanaf eind februari / locaties en tijden volgen





Vragen

?





Bedankt



NEDERLANDSE
LOTERIJ



WORLD
BOXING