

Van 11 tot en met 15 februari heeft het nationale meisjes team onder de 17 jaar van Groot-Brittannië een trainingsstage afgewerkt samen met de meisjes van het WOC.

Overdag is gespeeld in het trainingscentrum de Hoorn, in de avonden heeft de selectie van GB gespeeld tegen de clubs de Gouwe en GZC Donk.

Net als het WOC, leidt GB haar sporters overdag op, in samenwerking met het onderwijs. Het opleidingsprogramma is gebaseerd op het zogenaamde LTAD systeem. Dit LTAD systeem is ook in Nederland als uitgangspunt gehanteerd bij het meerjaren opleidingsplan waterpolo.

Het merendeel van de selectie van GB traint 5 tot 7 uur per dag.



*Foto : oefensessie in het trainingscentrum de Hoorn in Alphen ad Rijn*

Meer foto's in het [WOC Foto album](#)