

NORTH SEA SURF TRAINER - SURF COACHING - SCHEVENINGEN

Datum

Board keuze

Surfspot

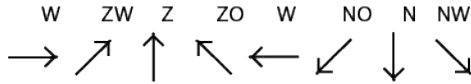
Goede keuze omdat

Wetsuit dikte

Verkeerde keuze omdat

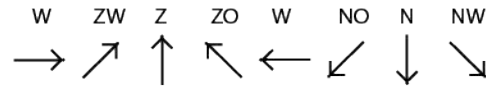
Koud Goed Te warm

Windrichting



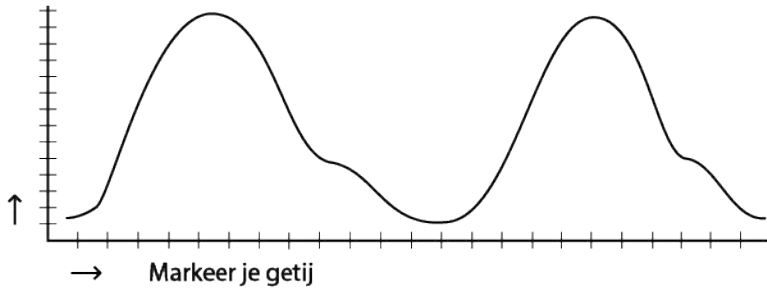
Windkracht

Swellrichting

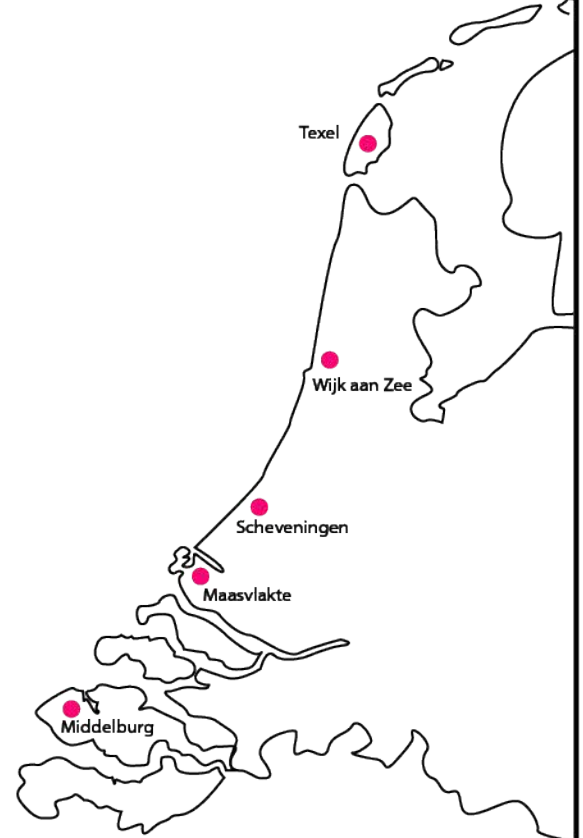


Swellhoogte

Swellperiode



Golf kwaliteit



Deze sessie was Slecht Prima Goed Geweldig

Omdat

Aantal golven

Ik ging voor Fase A Golven % Fase B Golven % Fase C Golven %
Golven te slap om te vangen Goede golven Hard brekende golven

Waar maak ik mijn eerste fout Peddelen Positionering De golf vangen Pop up
 Stance Bottom turn Top turn Anders

Mijn focuspunt

Wat heb ik goed gedaan?

Wat heb ik verkeerd gedaan?

Wat moet ik doen om volgende sessie beter te zijn?