

## Principschema för barn- och ungdomstävlingar

	7-9 år	10-11 år	12 år	13-14 år	15-17 år
Rekommenderat antal träningspass/vecka	1	1-2	2-3	2-3	3-5
Rekommenderat antal tävlingar per år	1-3 *	3-6 *	6-12	10-15	10-20
Huvudsaklig tävlingsnivå	Inom klubben (t.ex. som terminsavslutning)	Inom klubben och mot grannklubbar	Inom distriktet	Inom regionen	Inom landet
Mästerskapsnivå	Märkestagning	Klubbmästerskap	Distriktsmästerskap	UDM Regionsmästerskap	UDM USM, Lag-USM
Huvudsakliga tävlingsformer, vinter	Lagtävlingar inom klubben	Lagtävlingar mot grannklubbar	Lagtävlingar och individuella tävlingar inom distriktet	Lagtävlingar och individuella tävlingar inom regionen	Individuella tävlingar
Huvudsakliga tävlingsformer, vår/höst	Lagtävlingar inom klubben	Lagtävlingar/ serietävlingar inom distriktet	Lagtävlingar/ serietävlingar inom distriktet	Lagtävlingar/ serietävlingar inom distriktet	Individuella tävlingar  <i>Lagtävling för distriktslag?</i>
Huvudsakliga tävlingsformer, "sommarlovet"	-	Individuella tävlingar inom distriktet	Individuella tävlingar inom distriktet	Individuella tävlingar inom regionen	Individuella tävlingar  <i>Lagtävling för distriktslag?</i>

\* För de yngre utgör lekfulla tävlingsmoment inom träningen naturliga inslag vilka kan vara med varje pass.