

Sæsonplan - Juniorlandshold 2021/2022

	Måned	Uge	Man	Tirs	Ons	Tors	Fre	Lør	Søn	Nationale events	Juniorlandsholdsaktiviteter	Kommentarer	
Mesocykklus 1	August	32	1	9	10	11	12	13	14	15			
		33	2	16	17	18	19	20	21	22		Individuel evaluering af EM junior 2021	Individuelle møder; svømmer, klubtræner og juniorlandstræner
		34	3	23	24	25	26	27	28	29		Individuel evaluering af EM junior 2021	Individuelle møder; svømmer, klubtræner og juniorlandstræner
	September	35	4	30	31	1	2	3	4	5		Individuel evaluering af EM junior 2021	Individuelle møder; svømmer, klubtræner og juniorlandstræner
		36	5	6	7	8	9	10	11	12		Event Camp, Brøndby	Tema: atletuddannelse
		37	6	13	14	15	16	17	18	19			
		38	7	20	21	22	23	24	25	26			
	Oktober	39	8	27	28	29	30	1	2	3			
		40	9	4	5	6	7	8	9	10	Vest/Øst junior/senior kortbane		
		41	10	11	12	13	14	15	16	17			
		42	11	18	19	20	21	22	23	24			
	November	43	12	25	26	27	28	29	30	31			
44		13	1	2	3	4	5	6	7	DM junior kortbane		Udtagelse til NM junior kortbane og Euro Meet	
45		14	8	9	10	11	12	13	14	DM Hold			
46		15	15	16	17	18	19	20	21				
December	47	16	22	23	24	25	26	27	28				
	48	17	29	30	1	2	3	4	5		NM junior/senior kortbane, Upplands Väsby, Sverige	Udtagelse til Euro Meet	
	49	18	6	7	8	9	10	11	12				
	50	19	13	14	15	16	17	18	19	DM kortbane			
Mesocykklus 2	December	51	1	20	21	22	23	24	25	26			
		52	2	27	28	29	30	31	1	2			
	Januar	1	3	3	4	5	6	7	8	9			
		2	4	10	11	12	13	14	15	16			
		3	5	17	18	19	20	21	22	23			
	Februar	4	6	24	25	26	27	28	29	30		Euro Meet, Luxembourg	Tema: Resitution
		5	7	31	1	2	3	4	5	6			
		6	8	7	8	9	10	11	12	13			
		7	9	14	15	16	17	18	19	20			
	Marts	8	10	21	22	23	24	25	26	27			
		9	11	28	1	2	3	4	5	6	Vest/Øst junior/senior langbane		
		10	12	7	8	9	10	11	12	13			
11		13	14	15	16	17	18	19	20				
April	12	14	21	22	23	24	25	26	27	DM junior langbane			
	13	15	28	29	30	31	1	2	3				
	14	16	4	5	6	7	8	9	10				
	15	17	11	12	13	14	15	16	17	Danish Open		Udtagelse til EM junior, VM junior, EYOF og NM junior langbane	
Mesocykklus 3	April	16	1	18	19	20	21	22	23	24	Danish Open	EM junior kick-off træningsophold, ?	Udtagelse til EM junior, VM junior, EYOF og NM junior langbane
		17	2	25	26	27	28	29	30	1		EM junior kick-off træningsophold, ?	Forberedelsesaktivitet for EM junior-holdet
	Maj	18	3	2	3	4	5	6	7	8		EYOF kick-off træningsophold, ?	Forberedelsesaktivitet for EYOF-holdet
		19	4	9	10	11	12	13	14	15			
		20	5	16	17	18	19	20	21	22			
	Juni	21	6	23	24	25	26	27	28	29		Glasgow International Swim Meet	Forberedelsesaktivitet for EM junior-holdet og EYOF-holdet
		22	7	30	31	1	2	3	4	5			
		23	8	6	7	8	9	10	11	12			
		24	9	13	14	15	16	17	18	19			
	Juli	25	10	20	21	22	23	24	25	26	DM langbane		
		26	11	27	28	29	30	1	2	3			
		27	12	4	5	6	7	8	9	10		EM junior, Rumænien + NM junior langbane, Estland	
28		13	11	12	13	14	15	16	17				
August	29	14	18	19	20	21	22	23	24				
	30	15	25	26	27	28	29	30	31		EYOF, Banská Bystrica, Slovakiet		
	31	16	1	2	3	4	5	6	7				
	32	17	8	9	10	11	12	13	14		Individuel evaluering af EM junior 2022	Individuelle møder; svømmer, klubtræner og juniorlandstræner	
August	33	18	15	16	17	18	19	20	21		Individuel evaluering af EM junior 2022	Individuelle møder; svømmer, klubtræner og juniorlandstræner	
	34	19	22	23	24	25	26	27	28		VM junior, Kazan, Rusland		
	35	20	29	30	31	1	2	3	4		Individuel evaluering af EM junior 2022	Individuelle møder; svømmer, klubtræner og juniorlandstræner	

Datoer og aktiviteter er med forbehold for ændringer. Hold øje med opdateringer - opdateringer offentliggøres på Dansk Svømmeunions hjemmesiden under "Landsholdsstruktur" og "Juniorlandshold".