

Kwalificatietraject EK en WK U18 en U21 2026



Dit kwalificatietraject is specifiek voor jiu-jitsuka's geboren in 2006 t/m 2010 die deel uit maken van de nationale selectie jiu-jitsu van de JBN. De genoemde meetmomenten zijn onder voorbehoud van eventuele organisatorische wijzigingen.

Kwalificatie- en selectiekader

Voor nadere uitleg, verdieping en onderliggende stukken over de totstandkoming van dit kwalificatietraject verwijzen we naar het document '[kwalificatie- en selectiekader jiu jitsu topsport 2026+](#)' (bijlage 1)

Titeltoernooien

Europees kampioenschap U21, 14 t/m 18 maart 2026, Heraklion, Griekenland.
Europees kampioenschap U18, 19 t/m 20 maart 2026, Heraklion, Griekenland.
Wereldkampioenschap U18, 1 t/m 8 augustus 2026, Abu Dhabi, Verenigde Arabische Emiraten.
Wereldkampioenschap U21, 18 t/m 25 oktober 2026, Rome, Italië

Selectie

Aan de Europese- en Wereldkampioenschappen U18 en U21 jaar mogen, volgens de reglementen van JJEU en JJIF, maximaal twee atleten/ duo's per nationaliteit per categorie deelnemen.

Selectieproces

De definitieve selectie voor het Nederlands team voor de Europese kampioenschappen U18 en U21 wordt uiterlijk op 11 februari 2026 bekend gemaakt.

De definitieve selectie voor het Nederlands team voor de Wereldkampioenschappen U18 wordt uiterlijk op 17 juni 2026 bekendgemaakt.

De definitieve selectie voor het Nederlands team voor de Wereldkampioenschappen U21 wordt uiterlijk op 16 september 2026 bekendgemaakt.

Meetmomenten traject U18 en U21

Aan onderstaande meetmomenten* wordt op eigen gelegenheid deelgenomen.
Zorg er dus voor dat je tijdig bent ingeschreven.

	Datum	Toernooi	Land	Plaats
1	02 - 04 jan 2026	JJEU Trainingskamp Zweden	ZWE	Hörby
2	06 - 08 feb 2026	Genua Open Grand Prix Adults ²	ITA	Genua
3	17 - 18 jan 2026	Flanders Cup	BEL	Antwerpen
4	14 - 18 mrt 2026	Europees Kampioenschap U21	GRE	Heraklion
5	19 - 20 mrt 2026	Europees Kampioenschap U18	GRE	Heraklion
6	24 - 26 apr 2026	Parijs Open Grand Prix Adults ²	FRA	Parijs
7	06 jun 2026	Europa Cup Fighting Regional	BEL	Pepinstar
8	07 jun 2026	Europa Cup Duo Regional	BEL	Pepinstar
9	01 - 08 aug 2026	Wereldkampioenschap U18	VAE	Abu Dhabi
10	10 - 13 sep 2026	Balkan Open Regional	BIH	Banja Luka
11	18 - 20 okt 2026	Wereldkampioenschap DUO & SHOW U21 & Adults	ITA	Rome Ostia
12	21 - 25 okt 2026	Wereldkampioenschap Fighting U21 & Adults	ITA	Rome Ostia

* Met uitzondering van het EK kennen bovenstaande meetmomenten een vrije inschrijving, al dan niet via de JBN. De kosten voor deelname zijn voor eigen rekening.

²Ten behoeve van een goede ontwikkeling en doorstroom naar het volwassencircuit kan voor sporters in hun tweede en laatste jaar U21 door de bondscoach deelname geadviseerd worden. Als eerste jaars U21 kan over het algemeen niet voor een dergelijke Grand Prix worden ingeschreven.



Selectiecriteria

Een jiujiutsuka of duo wordt geselecteerd, op genoemde selectiemomenten op basis van inzicht, kennis en deskundigheid van het technische hart van het Management Topsportteam Jiujiutsu (MTT-JJ). De voordracht van deze selectie aan het MTT-JJ zal gedaan worden door de bondscoach die adviezen inwint bij de betreffende clubcoaches en deze meeneemt in zijn besluitvorming.

Bij de voordracht en selectie zal worden gekeken naar onderstaande punten:

- Of de jiujiutsuka voldoet aan de in dit document opgenomen [standaard- en overige uitgangspunten](#)
- Mate van progressie tijdens de nationale trainingen, trainingsstages en toernooien.
- Aantoonbare groei in potentie, ontwikkeling en vorm
- Deelname aan nationale trainingen
- Behaalde prestaties en resultaten op genoemde (inter)nationale meetmomenten, waarbij het deelnemersveld van het toernooi qua kwantiteit en kwaliteit een belangrijke rol speelt.

Het MTT-JJ kan besluiten om een of meerdere jiujiutsuka's te selecteren in het belang van de ontwikkeling van de betreffende jiujiutsuka of het Nederlandse topsport jiujiutsu.

Beslissingsbevoegdheid

Als binnen één gewichtsklasse meer jiujiutsuka's in aanmerking komen om te worden geselecteerd dan dat er beschikbare plaatsen zijn, beslist het MTT-JJ welke jiujiutsuka('s) word(t)(en) geselecteerd. Hierbij wordt onder meer rekening gehouden met de volgende factoren in willekeurige volgorde:

- Behaalde resultaten en prestaties tijdens meetmomenten¹
- Resultaten en prestaties tegen internationale concurrentie¹
- Resultaten en prestaties van voorgaande jaren.
- Medisch fitheid
- Prestatiecurve
- Ontwikkeling en potentie van de jiujiutsuka en/of het topsport jiujiutsu van de JBN.

Standaard- en overige uitgangspunten

- Deelname aan nationale trainingen) is verplicht.
- Deelname aan toernooien, trainingsstage(s)/ -weekend(en) die zijn opgenomen in dit traject worden worden meegewogen bij het kwalificatie- en uitzendingsproces.
- Jiujiutsuka houdt zich aan de kernwaarden als omschreven in het document ['Visie en fundament jiu jiutsu Team NL 2026+'](#) (bijlage 2)
- Jiujiutsuka volgt het door de JBN geadviseerde topsportprogramma als omschreven in het document ['Topsportprogramma JBN clubs'](#). (bijlage 3)
- Jiujiutsuka's U18 worden jaarlijks naar maximaal één eindtoernooi (EK óf WK) uitgezonden.
- Jiujiutsuka's U18 en U21 kunnen worden uitgezonden naar een WK mits zij al eerder zijn uitgezonden naar een EK in de betreffende leeftijdscategorie.
- Jiujiutsuka's worden vanaf hun 2e jaar U21 eventueel naar 2 eindtoernooien (EK én WK) uitgezonden.
- Eerste jaars U18 en U21 worden alleen uitgezonden naar een EK en komen niet in aanmerking voor een WK.
- In het geval een jiujiutsuka een blessure heeft, dient deze te worden beoordeeld door een sportarts gelieerd aan de JBN. Het MTT-JJ zal op advies van de medische staf aanvullende regels opstellen ten aanzien van de selectie van betreffende sporter voor (selectie)momenten, EK en WK.
- Uitzending naar een internationaal evenement namens de JBN is alleen mogelijk bij wedstrijdfitheid en tijdig het juiste wedstrijdgewicht kunnen halen. Het is voor de hoofdcoach te allen tijde mogelijk om een fitheidstest en/of weegmoment af te laten nemen bij een jiujiutsuka.



- Op indicatie kan overgestapt worden naar een ander gewicht, in overleg met de medische staf, hoofdcoach en clubcoach. In overleg met de hoofdcoach zal worden bekeken of de behaalde resultaten meetellen in het nieuwe gewicht.
- De coaching tijdens alle meetmomenten is in handen van de clubcoach.
- Voor de coaching tijdens titeltoernooien is de hoofdcoach eindverantwoordelijk.
- Tijdens een titeltoernooi vindt er bij partijen tussen twee Nederlandse jiujijsuka's geen coaching plaats.
- De beslissingsbevoegdheid ten aanzien van selecties ligt bij het MTT-JJ. De eindverantwoordelijkheid voor de selectie ligt bij de directeur topsport.
- Alle voordrachten, selecties en overige rechten ten aanzien van het wedstrijdprogramma zijn onder voorbehoud van financiën.
- Verzoeken, bezwaren in het traject kunnen gericht worden aan jiujitsu@jbn.nl.

Voorwaarde voor uitzending van een jiujijsuka

- De jiujijsuka voldoet aan de in dit document opgenomen [standaard- en overige uitgangspunten](#)
- Lid van de JBN
- Lid van nationale selectie jiujijsu
- Geselecteerd door MTT JJ
- Wekelijks present op de nationale trainingen
- Aanwezig bij weekendtrainingen en/of trainingsstages.
- Volledig reizend met de nationale selectie, individueel afwijkend heen- of terugreizen is niet mogelijk
- Aanvullende zorgverzekering met buitenlanddekking geneeskundige kosten

Faciliteiten bij titeltoernooi

- Reis/verblijf georganiseerd door de JBN, afdeling topsport
- Reis/verblijf deels gefinancierd door de JBN, afdeling topsport
- Begeleiding door eigen clubcoach toegestaan binnen de kaders van het document 'Beleid en clubcoaches NT Jiujijsu', waarvan de belangrijkste punten [verderop in dit document](#) benoemd worden.
- Teamkleding JBN op eigen kosten
- Reisverzekering (met eigen risico van € 25) en beperkte aansprakelijkheid-verzekering. Volledig reizend met de nationale selectie, individueel afwijkend heen- of terugreizen is een uitzondering.
- Aanvullende zorgverzekering met buitenlanddekking geneeskundige kosten

Voorwaarden clubcoach nationale selectie

Om als clubcoach actief op de mat te kunnen assisteren tijdens de nationale trainingen zal aan onderstaande voorwaarden moeten worden voldaan:

1. Aanleveren van VOG (Verklaring Omtrent Gedrag) voor de functie waarin je werkzaam bent tijdens nationale trainingen en evt. uitzendingen. Deze kan voor sportorganisaties gratis worden aangevraagd via de volgende link: <https://www.nocnsf.nl/vog/aanvragen>.
2. JBN gediplomeerd Jiujijsuleraar, in opleiding voor- óf ingeschreven staan voor de opleiding.
3. Vergelijkbaar als punt 2 volgens MTT JJ.

Voorwaarden clubcoach uitzending titeltoernooien

Om in aanmerking te komen voor uitzending namens de JBN als clubcoach tijdens titeltoernooien, zal, naast bovenstaande voorwaarden aan de hiernavolgende voorwaarden moeten worden voldaan:

1. Participatie bij het trainingsprogramma van de jiujijsuka op de club
2. Minimaal 1x per 4 weken participeren bij de nationale trainingen op de mat



3. Minimaal 1x per 2 weken participeren bij de nationale trainingen op de mat, vanaf het moment dat de definitieve selectie is bepaald voor een titeltoernooi.
4. Aanwezig tijdens trainingsstages en/of extra weekendtrainingen.
5. Aanwezig bij alle meetmomenten van de betreffende jiu-jitsuka's.

Als aan bovenstaande voorwaarden niet wordt voldaan, kan het MTT JJ besluiten om de betreffende coach niet namens de JBN uit te zenden met de nationale selectie.

Bijlagen

1. [Kwalificatie- en selectiekader topsport jiu jitsu 2026+](#)
2. [Visie en fundament jiu jitsu Team NL 2026+](#)
3. [Topsportprogramma jiu-jitsu JBN clubs 2026+](#)



Bijlage 1. Kwalificatie- en selectiekader topsport jiu jitsu 2026+

Uitgangspunten en doelstelling

Het kwalificatie- en selectiekader 2026+ vormt de basis voor het structureel ontwikkelen, selecteren en uitzenden van jiujijsuka's binnen de nationale selecties U18, U21 en Adults.

Het kader sluit aan op:

- De topsportvisie van Jiujijsu Team NL;
- Het streven naar duurzame internationale prestaties;
- Een ontwikkelingsgerichte omgeving voor jonge sporters;
- Transparantie, zorgvuldigheid en deskundigheid in het selectieproces.

Het kader beschrijft op welke wijze sporters beoordeeld, geselecteerd en uiteindelijk uitgezonden worden naar Europese- en Wereldkampioenschappen.

Kernprincipes van het selectiebeleid

Het selectiebeleid is gebaseerd op de volgende principes:

1. **Ontwikkeling boven incidentele resultaten**
Resultaten zijn geen doel op zich, maar het gevolg van duurzame groei in techniek, tactiek, mentale vaardigheden, fysieke ontwikkeling en topsportgedrag.
2. **Holistische beoordeling**
Een sporter wordt beoordeeld op wat hij of zij laat zien over *tijd*, niet op één uitslag. Factoren zoals prestatiecurve, potentie, mindset, stressregulatie en trainingsdiscipline wegen zwaar mee.
3. **Deskundigheid van het technische hart (MTT-JJ)**
De hoofdcoach, topsportcoördinator en topsportdirecteur bepalen gezamenlijk de selectie op basis van inhoudelijke overwegingen, aangevuld met advies van clubcoaches.
4. **Transparantie en duidelijkheid**
Alle meetmomenten, procedures, verwachtingen en beoordelingscriteria worden vooraf gecommuniceerd.
5. **Internationale aansluiting**
Het beleid houdt rekening met de internationale ranking structuren en prestatielijnen van JJIF.

Beoordelingscriteria U18 en U21

Tijdens meetmomenten, trainingen en stages wordt o.a. gekeken naar:

- Progressie in techniek en tactiek
- Fysieke ontwikkeling en belastbaarheid.
- Prestatiecurve en ontwikkeling over langere termijn
- Wedstrijdgedrag en stressbestendigheid
- Commitment, trainingsdiscipline en leerbaarheid
- Potentie op basis van leeftijd, profiel en groeilyn
- Samenwerking met clubcoach en naleving van het topsportprogramma

Meetmomenten – functie en beoordeling

Tijdens meetmomenten beoordeelt de hoofdcoach met ondersteuning van clubcoaches.

Meetmomenten zijn bedoeld om:

- Wedstrijdniveau en -gedrag te beoordelen
- Technisch en tactisch (wedstrijd) inzicht te beoordelen
- Technische en tactische uitvoering onder druk te beoordelen
- Prestatiecurve te volgen
- Internationale aansluiting te beoordelen, bewaken en monitoren.
- Objectief wedstrijdelementen te observeren.
- Stressgedrag en stressbestendigheid te beoordelen.
- Mentaal gedrag op cruciale momenten (halve finales, finales)
- Aanpassingsvermogen te meten.
- Samenwerking sporter-(club)coach en naleving van het topsportprogramma te observeren en beoordelen.
- Discipline in voorbereiding en herstel te meten.



Gevolg voor selectie

Er wordt geselecteerd op basis van **ontwikkeling en geschiktheid**, niet op basis van een enkele uitslag. Resultaten worden wél meegewogen als onderdeel van de totale beoordeling.

U18 en U21 – ontwikkeling centraal

In de U18- en U21-categorieën worden **geen harde resultaatcriteria** gehanteerd in het kwalificatietraject. Reden voor dit beleid:

1. **Ontwikkeling gaat vóór het afdwingen van een incidentresultaat.**
Jongere sporters hebben behoefte aan een klimaat waarin *leren* en *groeien* centraal staan. Zij hebben baat bij continue groei in techniek, tactiek, mentale weerbaarheid, fysieke ontwikkeling en topsportgedrag. Harde resultaatsdruk belemmert deze ontwikkeling.
2. **Prestatiedruk is intrinsiek vaak al zeer hoog.**
Verplichte resultaatsnormen leiden vaak tot excessieve prestatiedruk, angst en faalgedrag. Topsporters leggen zichzelf vanzelf vaak al aanzienlijke druk op. Extra externe druk (moeten presteren om relevant te blijven) werkt averechts en zorgt vaak juist voor faalgedrag. Op deze manier wordt de externe druk gedoseerd, waardoor het functioneel kan blijven.
3. **Stressbestendigheid moet zich ontwikkelen in een veilig klimaat.**
Competenties zoals omgaan met stress, finalesituaties en internationale spanning ontwikkelen zich optimaal in een omgeving waarin 'mogen presteren' centraal staat i.p.v. 'moeten presteren'.
4. **Een holistische beoordeling is betrouwbaarder dan één uitslag.**
Door de focus te leggen op verbetering op alle topsportcomponenten (technisch, tactisch, fysiek, mentaal) ontstaat op de lange termijn een hogere kans op medailles bij Adults. Factoren zoals prestatiecurve, mentale groei, trainingsdiscipline, commitment en potentie zeggen structureel meer over toekomstig succes dan een enkele wedstrijdscore.

Deze filosofie past bij moderne topsportmodellen, waarin ontwikkeling leidend is tot een sporter volwassen genoeg is om structureel op EK- en WK-niveau te presteren.

Adults – Hybride selectiebeleid gericht op prestatie, proces en resultaat.

Omdat de Adults-categorie functioneert in een volledig internationale volwassen topsportcontext wordt, in vergelijking met de U18 en U21 categorieën, meer naar resultaten gekeken. Een meer hybride selectiebeleid wordt uitgevoerd, die zich niet alleen richt op resultaat, maar ook expliciet op prestatie en proces.

Er wordt een tweefasige selectie gehanteerd:

eerste selectie aan het begin van het jaar, en een **definitieve selectie** waarbij het streven over het algemeen zal zijn om deze 6–8 weken voor EK en WK bekend te maken.

Eerste selectie (begin kalenderjaar)

Aan het begin van elk jaar stelt het MTT-JJ de **eerste selectie** vast voor uitzending naar EK en WK in datzelfde jaar gebaseerd op:

- Positie op de Europese-/Wereldranglijst, mits voldaan aan de gestelde standaard- en overige criteria. *De betreffende concrete positie zal in het kwalificatietraject nader worden omschreven.*
- Prestatie op meest recente EK mits voldaan aan de gestelde standaard- en overige criteria. *De betreffende concrete prestatie zal in het kwalificatietraject nader worden omschreven.*
- Prestatie op meest recente WK mits voldaan aan de gestelde standaard- en overige criteria. *De betreffende concrete prestatie zal in het kwalificatietraject nader worden omschreven.*
- Sporttechnische beoordeling door MTT-JJ.

Onder gestelde standaard- en overige uitgangspunten wordt o.a. verstaan: prestatiegedrag tijdens trainingen en meetmomenten, actuele vorm en progressie, stabiel of stijgend prestatieniveau, ontwikkelingscurve, trainingsdiscipline en aanwezigheid, fysieke en mentale paraatheid, medisch fitheid, samenwerking, communicatie en topsporthouding, naleving topsportprogramma.

Deze fase introduceert een **beschermde status**, veelal gebaseerd op eerder bewezen prestaties, recente prestatiegedrag en internationale positie.



Definitieve selectie Adults (streven bekendmaking: 6–8 weken voor EK/WK)

De sporters uit de eerste selectie kunnen worden gehandhaafd/ bevestigd wanneer zij voldoen aan de algemene standaard voorwaarden, waaronder:

- Prestatiegedrag
- Actuele vorm en progressie
- Stabiël of stijgend prestatieniveau
- Fysieke en mentale paraatheid
- Aanwezigheid en inzet tijdens nationale trainingen
- Medische fitheid
- Samenwerking en communicatie
- Naleving topsportprogramma

Andere sporters kunnen worden toegevoegd, wanneer zij:

- Aantoonbare groei laten zien in potentie, ontwikkeling en vorm.
- Sterk presteren tijdens meetmomenten
- Voldoen aan alle topsport technische voorwaarden

Belangrijk principe:

Verleden prestaties bieden een voorkeurspositie, maar actuele vorm en ontwikkeling zijn doorslaggevend.

Betekenis van “beschermde status”

- *Verleden resultaten geven geen garantie op toekomstige uitzending,*
- *Maar een sporter met aantoonbaar internationale prestaties verdient een beschermde status,*
- *En actuele vorm, gedrag en ontwikkeling zijn leidend voor de definitieve selectie.*

Conclusie

Het kwalificatie- en selectiekader 2026+ combineert:

- Ontwikkelingsgericht beleid voor U18/U21
- Hybride beleid voor adults, gericht op prestatie, proces en resultaat.
- Deskundige selectie op basis van een holistische benadering
- Internationale consistentie en aansluiting op JJIF-rankings

Dit kader verstevigt de basis voor sterke en voorspelbare doorstroom vanuit U18/U21 naar Adults, structurele top-7 eindklasseringen, met als ultieme doel het vergroten van de Nederlandse medaillekansen op EK's en WK's in 2026+ binnen een stabiel, gezond en duurzaam topsportcultuur.



Bijlage 2. Visie en fundament jiu jitsu Team NL 2026+

Waarom dit document

Met de inhoud van dit document geven we richting aan wat we doen en belangrijk vinden. Welk gedrag we willen zien en op basis waarvan we keuzes maken, beslissingen nemen en evt. conclusies trekken. Het draagt bij aan het vormgeven en uitvoeren van de visie die we hebben en laat zien wat we als Jiu Jitsu Team NL nastreven. Het helpt ons met het bouwen en bewaken van de (topsport)cultuur die we voor ogen hebben, maar ook bij het aantrekken en behouden van de sporters, begeleiders, trainers en coaches die bij deze cultuur passen.

Individuele teamsporter

We begrijpen dat we een team zijn van individuele sporters dat elkaar nodig heeft en zonder elkaar niet beter wordt. Omdat we elkaar waarderen en respecteren, komen we op tijd op onze afspraken en trainingen. Te laat komen is een uitzondering en wordt altijd gecommuniceerd. Onze gezamenlijke trainingen hebben een hoge prioriteit. Studie, werk, en vrije tijd wordt daarom buiten onze afspraken en trainingen om gepland. We bedrijven topsport, waarbij we er alles aan doen om onze individuele én gezamenlijke doelstellingen te bereiken. Wanneer we bij uitzondering niet aanwezig kunnen zijn op een gemaakte afspraak of op een geplande training heeft dit altijd een goede reden met een onvoorziene oorzaak, waar we zelf nauwelijks invloed op hebben. Het is belangrijk voor het hele team dat de afwezigheid gecommuniceerd wordt. Bij voorkeur aan alle teamleden.

Algemene kernwaarden

INZET

We zijn vastberaden, toegewijd en intrinsiek gemotiveerd. We zetten door in lastige situaties en werken consistent aan het behalen van de gewenste resultaten.

TOEWIJDING

We werken met hart en ziel, gepassioneerd, nemen deel aan en/of begeleiden onze trainingen en wedstrijden met overgave en voeren op deze manier ook onze taken uit.

PLEZIER

We voelen ons prettig en krijgen voldoening van wat we doen.

BETROKKENHEID

We voelen ons verbonden met jiu jitsu Team NL en de direct betrokkenen. We zijn gemotiveerd, nemen initiatief en zijn bereid om extra inspanningen te leveren om doelen te bereiken.

LOYALITEIT

We blijven trouw aan elkaar en aan de kernwaarden.

BEHULPZAAM

We hebben oog voor elkaar, zijn bereid om elkaar te helpen, bieden en vragen hulp aan elkaar. Eventuele irritaties spreken we naar elkaar uit met respect, voordat ze eventueel over kunnen gaan in frustraties.

COMMUNICATIE

We luisteren actief, zijn direct en duidelijk naar elkaar en stellen vragen wanneer we elkaar niet begrijpen.

TRANSPARANTIE

We zijn open en eerlijk naar elkaar over onze gedachten en gevoelens. Voel je vrij en veilig om met het coachteam, teamgenoten gevoelens en gedachten te delen die van invloed kunnen zijn op je prestatie.

EERLIJKHEID

We zijn betrouwbaar en integer. We verzwijgen niets opzettelijk en vertellen het hele verhaal. We liegen en bedriegen niet.

DISCIPLINE

We gaan serieus met regels om en doen er alles aan om afspraken na te komen, kennen onze verantwoordelijkheden en doen wat nodig is om onze doelen te bereiken; ook wanneer we daar eventueel minder of geen zin in hebben.

RESPECT

We behandelen elkaar met waardigheid en aandacht, ongeacht eventuele verschillen van meningen, keuzes of identiteit. We houden rekening met de gevoelens en behoeften van anderen in de groep.

VEILIGHEID

We zorgen ervoor dat iedereen zich veilig, gewaardeerd en geaccepteerd voelt en kunnen daardoor onszelf zijn, zonder eventuele gevoelens van schaamte.



Bijlage 3. Topsportprogramma jiu jitsu JBN clubs 2026+

Om een jiujiutsuka volgens de visie van het MTT JJ (Managementtopsportteam jiujiitsu) van de JBN te begeleiden richting de absolute top, is hieronder schematisch weergegeven welke faciliteiten er dienen te worden aangeboden en beschikbaar te worden gesteld bij de betreffende club waar het topsportprogramma wordt gevolgd en op welke momenten van het traject deze faciliteiten belangrijk zijn. Een jiujiutsuka die deel uitmaakt van de nationale selectie van de JBN wordt geacht zich aan de minimale programmaeisen, weergegeven per leeftijdscategorie, te houden.

Het kan een bewuste keuze zijn van clubs om te faciliteren volgens dit topsportprogramma tot een bepaalde leeftijdscategorie. De jiujiutsuka zelf is verantwoordelijk om aan de minimale eisen van het topsportprogramma te blijven voldoen, opdat hij/ zij deel uit kan blijven maken van de nationale selectie en evt. in aanmerking kan komen voor uitzending naar internationale (eind) toernooien.

		U18	U21	21+
1	Nationale training 1-2 keer per week op nationale trainingslocatie. Tijdens deze training zal de focus liggen op randori en wedstrijd tactieken.	✓	✓	✓
2	Jiujiitsu wedstrijdtraining 2 keer per week a 1,5 uur op het programma bij de club. Deze training is specifiek gericht op de discipline waarvoor het nationale selectielid is geselecteerd. Bij minimaal 1/3 deel van deze trainingen zal de focus moeten liggen op randori training.	✓		
3	Jiujiitsu wedstrijdtraining 3-4 keer per week a 1,5 uur op het programma bij de club. Deze training is specifiek gericht op de discipline waarvoor het nationale selectielid is geselecteerd. Bij minimaal 2 van deze trainingen zal de focus moeten liggen op randori training.		✓	✓
4	Naast de trainingen onder 1 2 staat minimaal 1 extra training op het weekprogramma van de club, waarbij de focus ligt op techniek.	✓	✓	
5	Wanneer een jiujiutsuka voor meer dan één discipline geselecteerd is voor de nationale JBN selectie, kan er 1 specifiek gerichte training op de club minder op het wekelijkse programma staan.	✓	✓	
6	Wanneer een jiujiutsuka voor meer dan één discipline geselecteerd is voor de nationale jbn selectie zal er om de week aangesloten moeten worden bij de betreffende disciplines tijdens de wekelijkse nationale trainingen.	✓	✓	✓
7	Wanneer een jiujiutsuka is geselecteerd voor een eindtoernooi (EK/ WK/ WG) voor 1 discipline , zal hij/ zij in de periode vanaf het selectiemoment tot aan het eindtoernooi elke week de volledige nationale training aansluiten bij deze discipline.	✓	✓	✓
8	Wanneer een jiujiutsuka is geselecteerd voor een eindtoernooi (EK/ WK/ WG) voor meer dan 1 discipline , zal hij/ zij in de periode vanaf het selectiemoment tot aan het eindtoernooi om de week de volledige nationale training aansluiten bij deze disciplines.	✓	✓	✓



9	1- 2 krachttrainingen per week. Het krachttraining programma is vooral gericht op techniek. De krachttraining kan in afstemming met de clubcoach door een hiervoor opgeleide krachttrainer (specialist) begeleid worden. Voordat de krachttrainingen op verantwoorde wijze geïmplementeerd kunnen worden in het wekelijkse trainingsschema, wordt gebruik gemaakt van de ASM groeiberekening . Zie ook factsheet van NOC/NSF voor meer informatie en uitleg over ontwikkelingsfasen en biologische leeftijd.			
10	2- 3 krachttrainingen per week, waarvan minimaal 2 sport specifiek. Het krachttraining programma is persoonsgericht, waarbij de periodisering is afgestemd op de internationale wedstrijdkalender. De krachttraining kan in afstemming met de clubcoach door een hiervoor opgeleide krachttrainer (specialist) begeleid worden			
11	3-4 sport specifieke krachttrainingen per week. Het krachttraining programma is persoonsgericht, waarbij de periodisering is afgestemd op de internationale wedstrijdkalender. De krachttraining kan in afstemming met de clubcoach door een hiervoor opgeleide krachttrainer (specialist) begeleid worden.			
12	1-2 conditietrainingen per week. Het conditietraining programma is vooral gericht op algemene conditie. De conditietraining kan in afstemming met de clubcoach door een hiervoor opgeleide conditietrainer (specialist) begeleid worden.			
13	2- 3 conditietrainingen per week, waarvan minimaal 2 sport specifiek. Het conditietraining programma is persoonsgericht, waarbij de periodisering is afgestemd op de internationale wedstrijdkalender. De conditietraining kan in afstemming met de clubcoach door een hiervoor opgeleide conditietrainer (specialist) begeleid worden.			
14	2-3 sport specifieke conditietrainingen per week. Het conditietraining programma is persoonsgericht, waarbij de periodisering is afgestemd op de internationale wedstrijdkalender. De conditietraining kan in afstemming met de clubcoach door een hiervoor opgeleide conditietrainer (specialist) begeleid worden.			
15	Het Action Type profiel van de jiujiitsuka wordt d.m.v. een standaard vragenlijst en evt. aanvullende beweegtesten in kaart gebracht. Met name clubcoach en hoofdcoach gaan hier hun trainingen, technieken, tactieken en coaching. Met in achtneming van hun eigen profiel, passen zij ook evt. hun communicatiestijl met de jiujiitsuka aan en zijn zich bewust van de evt. struikelblokken tussen sporter en trainer/ coach.			
16	De jiujiitsuka zelf krijgt nu ook meer kennis van en over Action Type, waardoor het bewuster kan worden toegepast in samenwerking met clubcoach en hoofdcoach. De jiujiitsuka leert, evt. d.m.v. clinics en/ of trainingssessies, hoe beter om te gaan met druk en maakt zich optimale concentratie stijlen eigen d.m.v. trainingen.			



17	De club werkt samen met een (sport) fysiotherapeut in de buurt van de woonplaats van de jiujiitsuka en/ of plaats van de club, waar de jiujiitsuka van de nationale selectie indien nodig sneller dan gemiddeld terecht kan voor evt. onverhoopte blessures. Het evt. (advies) behandelplan wordt gedeeld met de trainer/ coach en vervolgens met de nationale trainer(s).			
18	De club zorgt ervoor dat de jiujiitsuka en ouders/ verzorgers bewust zijn van de extra kosten die het talententraject met zich meebrengt. Nationale trainingen van de JBN zijn kosteloos, maar bij uitzending naar eindtoernooien wordt noodgedwongen een eigen bijdrage gevraagd. De internationale toernooien waaraan deelgenomen zal moeten worden, brengen eveneens extra kosten met zich mee. De club informeert en helpt de jiujiitsuka extra geld te genereren. (Gemeentelijke subsidies, sponsoring, crowdfunding, etc.)			
19	De jiujiitsuka is zich bewust van de extra kosten die het bedrijven van topsport met zich meebrengt. Nationale trainingen van de JBN zijn kosteloos, maar bij uitzending naar eindtoernooien wordt noodgedwongen een eigen bijdrage gevraagd. De internationale toernooien waaraan deelgenomen zal moeten worden, brengen eveneens extra kosten met zich mee. De jiujiitsuka is zelfstandig in staat extra geld te genereren. (Gemeentelijke subsidies, sponsoring, crowdfunding, etc.)			