

Trainingen en adviezen van het KIT

Hier staan de trainingen van het KIT bij elkaar. Ook vind je hier de adviezen voor drinken, plassen en poepen.

Adviezen

[Drink- en plasadviezen voor jongens](#)

[Drink- en plasadviezen voor meisjes](#)

[Drink- en poepadviezen](#)

[Drinkadvies](#)

[Hoe spaar je een superplas?](#)

Trainingen

[Droog-bed training; tips en regels](#)

[Droog-bed training; de turbotraining](#)

[Droog-bed training; met een plaswekker](#)

Code KIN-717