

November 2008

JOURNAAL 1-JARIG JUBILEUM STICHTING SPORTTALENTEN

In dit journal:

"Terugblikken en vooruitkijken"

Samenspel sporter en coach

Fysieke ontwikkeling van de talenten

Olympisch goud – Kirsten van der Kolk

WK kata met Sayra Aarts

De doelstelling van de Stichting Sporttalenten is om op een praktische en kwalitatieve wijze invulling te geven aan talentontwikkeling in de topsport door haar kennis, ervaringen en netwerk laagdrempelig ter beschikking te stellen aan jonge talentvolle sporters.



Kitty Bravik(-52kg), 2e EK onder 23 jaar, 21 nov. 2008 te Kroatië

Afgelopen woensdagavond 19 november was het 1-jarig jubileum van de stichting. De opkomst was – net als een jaar eerder bij de kick-off - weer prima!

Onder leiding van Coen de Vries is 'het vak van topsporter' - in relatie tot de verschillende activiteiten van de stichting – uitgebreid behandeld. Dit alles om de aangesloten talenten van de stichting te ondersteunen. Een presentatie met daarin een korte terugblik op het afgelopen jaar werd gevolgd door de plannen voor het komende jaar. Zo wil de stichting zich onder andere richten op de talenten in de regio Kennemerland.

Onlangs hebben er enkele wijzigingen in de organisatie van de Stichting plaatsgevonden: de nieuwe voorzitter is Louis Wijdenbosch die - met zijn verleden als topsporter -het gezicht van de stichting zal worden en daarmee Coen de Vries opvolgt. Rob van den Heuvel en Afke van der Wouw blijven bestuurslid.

Coen de Vries wordt verantwoordelijk voor de dagelijkse gang van zaken en het management van de Stichting. Dit alles voor een betere ondersteuning aan de topsporttalenten en om het komende jaar de gewenste professionaliseringslag te kunnen maken.

Kitty Bravik & Benito May

Een vraaggesprek met Kitty Bravik (judoka Kenamju) en Benito Majij (coach Kenamju) gaf een beeld van het samenspel tussen sporter en coach. Hoe kun je er samen voor zorgen dat er optimaal wordt gepresteerd? Door inzichten te verschaffen – in de persoonlijke ontwikkeling - speelt de stichting in op de behoefte van sporter en coach. 'De persoonskenmerken uit het MBTI-instrument spelen hierin een belangrijke rol. Mijn MBTI profiel heeft mij een duidelijk beeld van mezelf gegeven', aldus Kitty. Daarnaast kan Benito beter inspelen op de momenten dat er iets niet goed gaat. 'Dan weet ik hoe ik Kitty wel kan helpen, maar vooral wat er niet helpt'.

Coen de Vries in gesprek met Kitty Bravik en Benito Majij. Onderwerp was het "vak van topsporter". Wat betekent dit voor een topsporttalent en voor de coach?



Voor iedere bij ons aangesloten sporter of team wordt een Topsport Ontwikkelingsplan opgesteld.

De 3 pijlers van dit plan zijn:

- persoonlijke ontwikkeling
- sportmentale ontwikkeling
- fysieke ontwikkeling

"Het probleem met het begrip talent is dat het suggereert dat dit soort kwaliteiten genetisch bepaald en aangeboren zijn. Sommigen geloven dat oprecht, terwijl anderen ervan overtuigd zijn dat alles aan te leren is." (Dweck 1980)

Louis Wijdenbosch (fysieke ontwikkeling van sporttalenten)

Louis gaf een presentatie over de fysieke ontwikkelingen van de topsporttalenten van de stichting en welke rol dit speelt in het 'vak van de topsporter'. 'Belangrijk hierin is dat de topsporttalenten, vanuit hun intrinsieke motivatie, bewust worden van het belang van de fysieke ontwikkeling' aldus Louis. Het afgelopen jaar zijn de topsporttalenten diverse malen getest om hun fysieke ontwikkeling te ondersteunen. Hiervoor zijn de Vo2 max en RMR testen afgenomen. Vo2 max is de conditie indicator en RMR geeft informatie over energieverbruik. Binnen de stichting gaat het komende jaar op het gebied van fysieke ontwikkeling een verandering plaatsvinden. De fysieke testen worden overgedragen aan 201FysioSport te Haarlem. Dit om nog beter in te kunnen spelen op de behoefte van de topsporttalenten.

Kirsten van der Kolk (olympisch goud winnares)

In het vraaggesprek met Kirsten van der Kolk kwam naar voren op welke manier Kirsten naar het 'vak van topsporter' kijkt. Ook vertelde zij over haar eigen ontwikkeling tot topsporter. Ervaring heeft daarbij een heel belangrijke rol gespeeld. Dit was volgens Kirsten het belangrijkste verschil tussen haar 6^e plaats op de OS van Sydney 2000 en de gouden medaille in Beijing 2008. In Sydney was er minder focus en kon zij minder relativeren. Gaandeweg haar carrière ging dit steeds beter met als ultieme prestatie de gouden medaille in Beijing.



Sayra Aarts (WK karate 14-16 november Tokio, Japan)

Sayra Aarts, was bij haar debuut de enige – en eerste - Nederlandse "kata" vertegenwoordigster op het WK Karate voor senioren in Japan. 'Dit WK is voor mij een leerproces in mijn ontwikkeling tot topsporter en daarnaast moest ik er lekker van genieten', aldus Sayra. Door een zware loting kwam ze helaas niet ver. Ze moest openen tegen de latere kampioene en kwam daardoor in de herkansingen terecht. Hier verloor ze van de latere winnares van het brons. Niets om je dus voor te schamen omdat deze tegenstanders gewoon nog een maatje te groot zijn. 'Kata is een sport waarop je rond je 28^e pas op je top bent. Ik weet dat ik de potentie heb om de komende jaren het niveau te halen voor de top. Daarin is de ervaring die ik met dit WK op heb gedaan heel belangrijk', sprak Sayra vol zelfvertrouwen. Door de naweeën van de jetlag was Sayra niet in staat om de geplande Kata demonstratie te geven. Deze houden wij te goed!!!