

## Nieuwsbrief augustus 2015

# Stichting HandbalSchool Brabant, Tilburg

### Secretariaat:

Linge 23

5172 DP Kaatsheuvel

[handbalschoolbrabant@gmail.com](mailto:handbalschoolbrabant@gmail.com)

[www.handbalschoolbrabant.nl](http://www.handbalschoolbrabant.nl)

### Penningmeester: Dennis van Broekhoven

[penningmeester@handbalschoolbrabant.nl](mailto:penningmeester@handbalschoolbrabant.nl)

### Webmaster: Hans Broers

[webmaster@handbalschoolbrabant.nl](mailto:webmaster@handbalschoolbrabant.nl)

Onderwerpen in deze nieuwsbrief:

1. Vanaf de bestuurstafel: aftrap van een nieuw seizoen
2. Planning selectietrainingen
3. Mentale begeleiding handbaltalenten seizoen 2015/2016
4. Sportmedische begeleiding door Fysiotherapie Monné te Breda

**Het kan zijn dat je de nieuwsbrief niet hebt ontvangen of hoort dat iemand deze niet heeft ontvangen. Laat het bestuur dat aub even weten. Samen kijken we hoe we deze kunnen nazenden en er voor zorgdragen dat de volgende nieuwsbrief netjes wordt ontvangen.**

## 1. Vanaf de bestuurstafel

Beste allemaal,

De vakanties zijn voorbij, de accu weer opgeladen. Ons technisch kader staat weer klaar voor het nieuwe seizoen. Op 5 september starten de selectietrainingen in sporthal T- kwadraat. Wij wensen de handbaltalenten en trainers veel succes toe!

Het Bestuur

## Geplande activiteiten

### 5 september 2015

Selectietrainingen  
T-Kwadraat, Tilburg

### 12 september 2015

Selectietrainingen  
T-Kwadraat, Tilburg

### 19 september 2015

Trainingen Roomley te Udenhout  
Bekendmaken selectie

### 26 september 2015

Trainingen Roomley te Udenhout

### 3 oktober 2015

Trainingen Roomley te Udenhout

### 10 oktober 2015

Trainingen T-Kwadraat te Tilburg

### 17 oktober 2015

Trainingen Roomley te Udenhout

### 24 en 31 oktober 2015

Geen trainingen

## Vacatures

- ✓ **Het bestuur zoekt een bestuurslid "PR & sponsoring" Interesse? Laat het weten bij het bestuur.**

## 2. Planning (selectie)trainingen

*Let op:* op 5 september voor meisjes C- jeugd (2001-2002) alleen degene die voor de eerste maal deelnemen bij de handbalschool. Op 12 september is de selectietraining voor de gehele groep.

### Selectietrainingen sporthal T- Kwadraat

De selectietrainingen op 5 en 12 september vinden plaats in T- kwadraat, Olympiaplein 382 (Stappegoorweg), 5022 DX Tilburg, 013-583 61 00.

Tijden selectietrainingen op 5 en 12 september per categorie:

Meisjes B (1999-2000):	09.00 - 11.00 uur o.l.v. Fred Michielsen en Dion Sillen
Jongens B (1999-2000):	09.00 - 11.00 uur o.l.v. Karin van Erp en Sander van Geel
Meisjes C (2001-2002):	09.00 - 11.00 uur o.l.v. Ton Akkermans en Jan Koreman
Meisjes D (2003-2004):	09.00 - 11.00 uur o.l.v. Hans de Rooij en Caroline Anthonissen
Jongens C (2003-2004):	13.00 - 15.00 uur o.l.v. Sven Hemmes en Cas Verbunt
Jongens D (2001-2002):	13.00 - 15.00 uur o.l.v. John de Laater en Pepijn Michielsen

Uiterlijk 19 september zal bekendgemaakt worden welke spelers geselecteerd zijn voor de reguliere talententrainingen op zaterdag in het seizoen 2015/ 2016.

Na de selectie wordt verwacht dat de deelnemersovereenkomst *uiterlijk 1 oktober* ingeleverd is bij betreffende trainer.

### Informatiebijeenkomsten ouders/ verzorgers

Op 5 september worden tijdens de trainingen om 9.15 en 13.15 uur informatiebijeenkomsten georganiseerd voor ouders/ verzorgers van de deelnemers in vergaderlokaal 1.

### Reguliere trainingen in sporthal Roomley:

Vanaf 19 september trainen de talenten in onze thuisbasis sporthal de Roomley, Groenvelde 20, 5071 AJ Udenhout, 013-511 32 28. In de loop van het seizoen maken we ook gebruik van andere trainingslocaties.

Tijden reguliere trainingen per categorie:

Meisjes C (2001-2002):	09.00 - 11.00 uur
Meisjes D (2003-2004):	09.00 - 11.00 uur
Meisjes B (1999-2000):	11.00 - 13.00 uur
Jongens B (1999-2000):	11.00 - 13.00 uur
Jongens D (2001-2002):	13.00 - 15.00 uur
Jongens C (2003-2004):	13.00 - 15.00 uur

## 3. Mentale begeleiding talenten handbalschool

Eén van de speerpunten van ons technisch beleid van de handbalschool is mentale begeleiding van onze handbaltalenten. Na enkele gesprekken met Suzan Blijlevens hebben wij haar bereid gevonden om dit binnen onze handbalschool vorm te geven.



We willen Suzan even aan u voorstellen

Suzan Blijlevens is sport- en prestatiepsycholoog en werkt vanaf januari 2015 in opdracht van de Handbalschool Brabant. Tijdens haar bachelor psychologie richtte zij zich voornamelijk op de sociale psychologie en zij studeerde af op de master Sport- en Prestatiepsychologie. Suzan was onder andere voor langere periode betrokken bij Hockeyclub Den Bosch (jeugd) en Handbal Hellas (damesselectie). Bij deze clubs was zij verantwoordelijk voor zowel de

individuele sporters als de teambegeleiding en was zij een coach van de coach. Daarnaast begeleidt ze sporters individueel in de diverse takken van sport. Zij heeft dus ervaring in het werken met kinderen en volwassenen in de individuele sport en met teams.

Suzan is erg geïnteresseerd in teams en de interactie tussen teamleden. Daarom was haar onderzoek gericht op de collectieve instorting in teamsporten bij de Handbal Academie Nederland en de nationale waterpolo selecties. Ze wilde een onderzoek doen dat de sportwereld raakte en dat is haar gelukt! Inmiddels is haar onderzoek gepubliceerd in verschillende tijdschriften zoals NLCoach magazine, De Voetbaltrainer en Hockeyvisie. Daarnaast geeft ze regelmatig workshops en presentaties over dit fenomeen. Sinds januari 2015 schrijft zij ook artikelen over de sportpsychologische aspecten van handbal voor het Nederlands Handbal Verbond. Je leest haar artikelen op [www.handbal.nl](http://www.handbal.nl).

Naast haar werk als sport- en prestatiepsycholoog is Suzan werkzaam als publieksvoorlichter bij het Nederlands Instituut van Psychologen. Hierdoor heeft zij veel kennis van allerlei aspecten van de psychologie zoals beroepsethische kwesties en vergoedingen door de zorgverzekeraar.

#### 4. Sportmedische begeleiding

##### Samenwerking Handbalschool en Fysiotherapie Monné te Breda

Na verschillende contacten met het bestuur en trainers van Handbalschool Brabant is besloten een samenwerking aan te gaan. Fysiotherapie Monné en co-praktijk Breda Noord Fysiotherapie zullen gaan voorzien in de paramedische begeleiding tijdens de trainingen, toernooien en eventuele noodzakelijke of gewenste zorg daarbuiten.

Met onze expertise denken wij te kunnen voldoende aan de behoefte en denken wij de paramedische zorg te kunnen bieden die gewenst en noodzakelijk is.

Om dit zo kwalitatief goed mogelijk te doen zullen we een performance scan afnemen in de aanloop van het seizoen/ de trainingen én halverwege het seizoen. Deze specifieke vraag is gekomen vanuit het bestuur en de trainers om de sporters nog beter te kunnen screenen en begeleiden op gebied van blessurepreventie en herstel. Blessurepreventie richt zich op:

- het verlagen van het risico op een (nieuwe) sportblessure en daarmee het verlagen van de blessure incidentie.
  - het zo snel mogelijk opsporen en behandelen van sportblessures om de gevolgen ervan (ernst en duur) te verminderen.
  - het voorkomen van herhaling van een reeds eerder doorgemaakte blessure
  - het verminderen en/ of voorkomen van ernstig letsel dat de sportbeoefening negatief kan beïnvloeden
- Daar alle sporters onder de achttien in Nederland een vergoeding hebben van 18 behandelingen fysiotherapie uit de basisverzekering maakt het mogelijk deze performance scans uit de verzekering te kunnen vergoeden. Van alle sporters zal dan ook een specifiek individueel dossier worden aangemaakt aangaande de fysieke gesteldheid en eventuele blessures.

De performance scans zullen worden verwerkt en geanalyseerd door een sportfysiotherapeut en bewegingswetenschapper (daar waar gewenst lijkt). Dit maakt het mogelijk een goed profiel aan te maken welke teruggekoppeld kan worden met de trainers. Dit alles in het voordeel van de sporter. Data kan opgeslagen en geanalyseerd worden en tevens later vergeleken worden met eerdere of latere data. Wij als fysiotherapie Monné en Breda Noord Fysiotherapie hopen op een zeer mooi sportief seizoen zonder blessures of als dan toch een snelle analyse en behandeling en spoedig herstel.

Met sportieve groet,

Fysiotherapie Monné en Breda Noord Fysiotherapie  
Breda  
Tel: 076-5810491