

23-11-2013

Training GAAT DOOR!!!!

30-11-2013

Training + Kledingactie

Ouderbijeenkomst over SMC en eindtoernooi.

Tijden; zie punt 6

7-12-2013

Training

14-12-2013

Training

Vacatures

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

Nieuwsbrief 20 november 2013

Stichting HandbalSchool Brabant, Tilburg

Secretariaat:

Linge 23

5172 DP Kaatsheuvel

handbalschoolbrabant@gmail.com

www.handbalschoolbrabant.nl

Beste allemaal,

Al weer snel een volgende nieuwsbrief van de Stichting Handbalschool Brabant. Deze keer gaat het vooral over de kledingactie en de ouderbijeenkomst op 30 november waarin info gegeven wordt over het SMC en over het eventuele eindtoernooi van de Handbalschool.

Onderwerpen in deze nieuwsbrief:

1. Teammanager en teambegeleider
2. Clinic Handbalschool
3. Sponsoring
4. Training
5. De kleding
6. Bijeenkomst ouders 30 november.

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. Teammanager en teambegeleider

Teammanager

De groep teammanagers is compleet!

Seizoen 2013-2014

Meisjes jong-jong	:	René Lombarts
Meisjes jong	:	Betty Kouwenberg
Meisjes oud	:	Leandra Klomp
Jongens jong-jong	:	Ingrid de Laater
Jongens jong	:	Frans van Erp
Jongens oud	:	Henny Robbesom

De teammanager is verantwoordelijk voor de organisatorische aspecten van de Handbalschool binnen de eigen trainingsgroep. Denk hierbij aan onder meer inventarisatie deelname aan extra activiteiten, bestelling kleding, organisatie rondom een activiteit en begeleiding van sponsoractiviteiten. De doelstellingen en behoeften van de Stichting zijn hierbij leidend. Hij onderhoudt goede contacten met de trainers, de teambegeleiders en de organisatorisch manager.

Teambegeleider

We zijn nog op zoek naar enkele teambegeleiders. Interesse? Laat het weten bij de trainer.

Seizoen 2013-2014

Meisjes jong-jong	:	Angela Hobbelen + vacature
Meisjes jong	:	Trudy Claasse, Jeanine Bens + vacature
Meisjes oud	:	Ouders worden benaderd indien nodig
Jongens jong-jong	:	vacature
Jongens jong	:	Sander van de Broek
Jongens oud	:	Ouders worden benaderd indien nodig

De teambegeleider is, indien noodzakelijk, verantwoordelijk voor de begeleiding van de spelers van de Handbalschool binnen de eigen trainingsgroep gedurende de extra activiteiten. De doelstellingen en behoeften van de Stichting zijn hierbij leidend. Hij onderhoudt goede contacten met de trainers en de teammanager.

2. Clinic Handbalschool

Om handbal in de breedte verder te ontwikkelen biedt de handbalschool de mogelijkheid aan de verenigingen om clinics aan te vragen voor één of meerdere trainingsgroepen van de handbalschool. In onderling overleg met de organiserende vereniging wordt een programma samengesteld. De clinics kunnen aangevraagd worden of via handbalschoolbrabant@gmail.com of via de hoofdtrainer van een trainingsgroep, die daarna contact opneemt met de technisch manager.

Zorg dat de clinics buiten de reguliere trainingen om gepland worden !

De kosten voor de vereniging van een clinic zijn: zaalhuur, de reiskosten van 2 trainers, een vergoeding van 10 euro extra per trainer en een simpele versnapering (iets te eten en drinken) voor de spelers van de handbalschool.

Een voorbeeld van een mogelijkheid:

Een basisclinic bestaat uit:

- ✓ 1½ uur trainen van uw eigen jeugd. Deze training wordt door de trainers van de handbalschool verzorgd.
- ✓ Dan traint de groep van de handbalschool, van dezelfde leeftijd, 1½ uur.
- ✓ Vervolgens spelen de spelers van de handbalschool tegen het team van uw vereniging.

Kledingactie



Grote Kledingactie op 30 november:

Ten behoeve van de inzameling van geld voor onze activiteiten, vragen wij al onze meiden en jongens, de ouders en begeleiding om zoveel mogelijk gebruikte kleding in te zamelen.

Voor deze kleding krijgen wij een leuk bedrag dat besteed gaat worden aan de kosten van de extra activiteiten.

Dus vraag je ouders, familieleden, vrienden en vriendinnen om al de gebruikte kleding die men over heeft aan jou mee te geven.

Op 30 November kan je deze dan bij de training van de Handbalschool in Udenhout meenemen en afgeven. Er zal dan van 8.30 tot 13.00 een vrachtwagen van Kledinginzameling Nederland op het parkeerterrein staan.

Graag de kleding verpakken in gesloten plastic zak.

De kleding wordt per trainingsgroep apart ingezameld en het geld gaat naar iedere groep apart!

Wat mag allemaal in de zak: bruikbare kleding, schoenen, bad- en keukentextiel, beddengoed, gordijnen.

Met deze opbrengst hopen we minimaal de (meer)kosten van de trainingsstages en de afsluitingsactiviteit mogelijk te maken.

3. Sponsoring

Het Stichtingsbestuur is momenteel druk bezig om het sponsoringsbeleid verder vorm te geven. Binnenkort zal hierover meer bekend worden. Mocht je al een sponsor weten, laat het dan even weten bij de voorzitter. Hij onderneemt dan verdere actie.

4. Training

De training van 23 november gaat gewoon door!!

5. Kleding

De bestellijst is compleet en neergelegd bij de Handbalshop. De laatste onderhandeling loopt momenteel met Salming over de kwaliteit van de bedrukking van de shirtjes.

6. Bijeenkomst ouders 30 november !

Op 30 november willen wij een ouderbijeenkomst organiseren met twee hoofdonderwerpen: het eventuele eindtoernooi van de Handbalschool en over het SMC in Tilburg. (zie info hieronder)

09.00 uur; bijeenkomst voor ouders van meisjes jong en meisjes jong/jong

12:15 uur; bijeenkomst voor ouders van meisjes oud en jongens oud.

13.00 uur; bijeenkomst voor ouders van jongens jong en jongens jong/jong.

Naar verwachting duurt de bijeenkomst maximaal een uur.

Eindtoernooi

Op de achtergrond zijn we als Handbalschool bezig met de eindactiviteit in de zomer. Een serieuze optie is een toernooi in Hongarije, het Intersport Youth festival, wat wordt gehouden van 19.07.2014 (zaterdag) - 27.07.2014 (zondag) in Kaposvar.

Verblijfkosten

De verblijfkosten voor het toernooi zijn zeer schappelijk: Bij min. 90 deelnemers van onze HS ontvangen we 45 euro korting p.p. en zijn de verblijfkosten (slapen en eten) 115 euro p.p. Je slaapt in een klaslokaal en krijgt 3 maaltijden per dag. De organisatie betaalt bovendien per team de verblijfkosten van 2 trainers.

Reiskosten

De busreis (ongeveer 18-19 uur, afhankelijk van de opstapplaats) en de kosten ervan vormen voor de handbalschool nog een serieuze hobbel. Voor de bus kosten zijn offertes in België en Duitsland opgevraagd. In Duitsland en België blijken de bus kosten aanmerkelijk goedkoper te zijn, zeker in het geval van een 'dubbeldekker'. Afhankelijk van het aantal spelers, die zich voor dit eindtoernooi

aanmelden, valt de keuze op het type bus. Momenteel kunnen we nog niet aangeven wat de kosten per deelnemer zullen worden.

Daarnaast:

- Worden alle wedstrijden in de zaal gespeeld.
- Is in Kaposvar een groot Aquapark waar kosteloos gebruik van gemaakt kan worden
- Is het Balatonmeer ongeveer 50 km van Kaposvar gelegen. Met de bus kunnen we daar nog een uitstapje naar maken.
- Vorig jaar namen er 100 teams deel waarvan 60 teams uit het buitenland. Enkele deelnemende buitenlandse teams waren: Oekraïne, Roemenië, Kroatië, Slovenië, Braziliaanse HandbalAcademie etc.
N.B.: uit rechtstreeks contact met verschillende buitenlandse verenigingen zijn positieve referenties ontvangen.

Een definitief besluit is nog niet gevallen. We horen graag de mening van de ouders, zodat we een goede afweging kunnen maken!

Eventuele vragen, tips, opmerkingen etc. horen we natuurlijk graag op de bijeenkomst d.d. 30 november!

SportMedisch Centrum(SMC) Tilburg

SportMedisch Centrum Tilburg heeft een breed aantal specialisaties, van blessurebehandeling tot inspanningstest. De fysiotherapeuten beschikken allen over hun eigen specialismes. SportMedisch Centrum Tilburg is een Olympisch Steunpunt, en werkt onder meer voor Willem II en Fontys Dansacademie. Als handbalschool kunnen wij voor onze toptalenten gebruikmaken van hun diensten. Met het SMC zijn er in de afgelopen gesprekken gevoerd en zijn onderstaande adviezen met een plan van aanpak aangeboden.

Curatief

Klachten worden bekeken vanuit een professionele visie die past bij de (top)sporter. Behandeling en revalidatie wordt in een dynamisch kader geplaatst, waardoor de sporter het handballen weer snel kan hervatten. SMC Tilburg heeft binnen de fysiotherapie verschillende disciplines in huis (o.a. schouder, manueel, sport, lopen/voeten). In het SMC Tilburg zijn fysiotherapie en sportgeneeskunde samengebracht. Fysiotherapeuten en sportartsen werken dagelijks intensief met elkaar samen. Er zijn korte lijnen met ziekenhuizen en specialisten. Hierdoor kunnen er, indien nodig, snel afspraken worden gemaakt voor aanvullend onderzoek op het ziekenhuis.

Loopanalyse

Het SMC Tilburg kan ook gang/loopanalyses afnemen volgens het VSO Papendal concept. Dit concept is speciaal ontwikkeld om blessure bij sporters die veroorzaakt worden door verkeerde stand of een wat afwijkende statiek van de voeten, te kunnen corrigeren. Dit gebeurt door middel van een ganganalyse, waarbij het afwikkelpatroon op een vaste ondergrond wordt opgenomen met digitale videoapparatuur, dus géén loopband. Deze beelden worden geanalyseerd. Aan de hand hiervan wordt

een schoenadvies gegeven of wordt mogelijk een speciale sportzool aangeraden. Deze individuele steunzolen worden volledig naar onze wens vervaardigd door een orthopedisch schoentechnicus. De loopanalyse wordt geadviseerd indien er klachten aanwezig zijn bij de sporter.

Samenwerking

Het SMC Tilburg werkt graag samen met de fysiotherapeut met wie de club contacten onderhoudt. Juist na een uitgebreide test/analyse op het SMC Tilburg kunnen de uitkomsten worden uitgewisseld met de behandelende fysiotherapeut. In overleg wordt een plan van aanpak gemaakt. Op deze manier kan de sporter bij de eigen fysiotherapeut de behandeling hervatten. Vooral voor de sporters voor wie de afstand een bezwaar is kan dit prettig zijn.

Sportgeneeskunde

Het SMC Tilburg biedt ook consultatie bij de sportarts en een sportspreekuur. Het sportspreekuur vindt plaats op maandag van 16:30 tot 17:30. Tijdens dit spreekuur kunnen sporters binnenlopen voor een kort consult bij de sportarts die de blessure samen met de sportfysiotherapeut bekijkt. Meer informatie hierover staat op onze website: www.smc-tilburg.nl

Preventief

Belastbaarheidsprofiel

Door het opmaken van een belastbaarheidsprofiel worden de zogenaamde "weak links" zichtbaar. Dit kan zowel op het gebied van kracht als op het gebied van stabiliteit. (Het opmaken van een belastbaarheidsprofiel neemt ongeveer 3 kwartier in beslag.) De uitslag van deze testen geeft de trainer informatie om tijdens de training mee aan de slag te gaan. Zwakke spieren kunnen worden opgetraind, of de balans in de krachtverhouding kan worden verbeterd. Op deze manier wordt een belangrijke bijdrage geleverd aan het voorkomen van (overbelastings)blessures. Om deze reden is het raadzaam om niet te lang te wachten met het afnemen van de testen.

Deze testen worden indien je hiervoor niet verzekerd bent aangeboden voor 10 euro door het SMC ! Het lijkt ons, als handbalschool, zeer raadzaam hiervan gebruik te maken.

Sportmedisch onderzoek

Aanvullend op het belastbaarheidsprofiel kan het voor een specifieke groep sporters (bijvoorbeeld sporters met een specifieke vraag op medisch gebied) verstandig zijn om een sportmedisch onderzoek te ondergaan. Dit is zeker niet voor iedereen nodig. Daarom wordt middels een vragenlijst vooraf gedefinieerd voor welke sporter dit verstandig kan zijn.

Om een totaalbeeld te hebben kunnen de teams op de training een conditietest doen. Deze conditietest biedt in combinatie met de krachttesten, stabiliteitstesten en eventueel het sportmedisch onderzoek, belangrijke en waardevolle informatie om een goede prestatie neer te kunnen zetten en veilig en blessurevrij te kunnen sporten.

Kosten

Alle sporters bij Handbalschool Brabant zijn onder de 18 jaar. Dit betekent dat maximaal 18 behandelingen fysiotherapie worden vergoed vanuit de basisverzekering. Wanneer er blessures zijn die middels fysiotherapie worden behandeld, dan worden deze behandelingen vergoed door de verzekeraar.

Het opmaken van de belastbaarheidsprofielen (kracht- en stabiliteitstesten) valt, wanneer er klachten zijn, ook onder deze noemer. Wanneer er geen klachten zijn is er sprake van preventieve testen, die door veel verzekeraars ook vergoed worden vanuit de aanvullende verzekering. Wanneer je geen aanvullende verzekering hebt wordt deze dus door het SMC aangeboden voor 10 euro.

Wanneer wij de gegevens krijgen van de sporters die deze testen ondergaan, kunnen we vooraf kijken of we de testen kunnen factureren. We laten ons in deze altijd leiden door de regels van de zorgverzekeraar.

De sportmedische onderzoeken worden vergoed vanuit de aanvullende verzekering. Op de volgende website vind je hierover meer informatie: www.sportzorg.nl

Plan van aanpak

1. Onze sportarts zal beoordelen welke vragenlijst voldoet om te kunnen screenen welke sporters er verstandig aan doen een sportmedisch onderzoek te ondergaan.
2. Handbalschool Brabant neemt zelf tijdens de training een conditietest af. (Shuttle run)
3. Het SMC onderzoekt de mogelijkheid om op zaterdag een fysiotherapeut beschikbaar te stellen om tijdens de training de blessures te behandelen en de spelers die niet mee kunnen trainen te begeleiden.
4. We zullen samen moeten afstemmen hoe het opmaken van de profielen organisatorisch het beste ingepland kan worden. Wellicht in de avond of op een zaterdag. Voor de testen wordt een individuele afspraak gemaakt, dit wordt uitgelegd bij de bijeenkomst.
5. Nadat de profielen zijn opgemaakt, worden de uitslagen gecommuniceerd met de trainers (om privacy redenen moeten de sporters dit zelf doen)
6. De trainers kunnen deze informatie gebruiken tijdens de training. Indien gewenst kunnen de trainers hierover meer informatie krijgen, zodat ze weten hoe de sporter goed begeleid kan worden.
7. Indien de uitslag van het belastbaarheidprofiel hiertoe aanleiding geeft, kan er door de fysiotherapeut een specifiek (behandel)plan worden opgesteld waardoor de betreffende sporter eventuele achterstand op bepaalde gebieden kan aanpakken.
8. SMC stelt een brief met informatie op die u bij de bijeenkomst krijgt.

Een afgevaardigde van het SMC is op 30 november bij alle ouderbijeenkomsten aanwezig om hierover uitleg te geven.

EINDE
