



Informatiebijeenkomst Topsport

15 januari 2025



Nathalie Smeets

Bestuurslid Topsport



Doelstellingen



Vergroten van de medaillekansen op WK/EK/OS

- 1. Kennis & verbondenheid in binnenland vergroten
 - Trainingsmethodes, specialismes, internationaal etc.
- 2. Nationale structuur
 - Perspectief en duidelijkheid



Aanvraag NOC*NSF



In december toekenning op basis van:

- Opzetten nieuwe structuur, centraal vanuit Rotterdam
- Begeleiden damesprogramma vanuit 2 huidige statussporters (Chelsey en Maud)





Maarten van Koolwijk

Technisch Directeur





Introductie





Doelen korte termijn

- Kennismakingen / inzicht huidige stand van zaken
- Samenstellen technische staf
- Maatwerkafspraken statussporters
- Start maken met prestatie- en talentprogramma's
- Opstarten faciliteiten en ondersteuning Rotterdam



Doelen middellange termijn

- Een programma dat perspectief biedt aan bokkers en trainers
- Structuur en duidelijkheid aanbrengen
- Beleid en besluiten op basis van data
- Duurzame financieringsstructuur
- Continue evaluatie gericht op verbetering



Hubert Firens

**Olympisch Boksen
2028-2032-2036**

Nederland



TABULA RASA



- NIEUWE TECHNISCHE CEL:

- | | |
|------------------------|----------------------|
| - TECHNISCH DIRECTEUR: | MAARTEN VAN KOOLWIJK |
| - TECHNISCH ADVISEUR: | TON DUNK |
| - BESTUURSLID: | NATHALIE SMEETS |
| - HEADCOACH: | HUBERT FIRENS |



GEDULD

8-12 jaar

Amir Khan (2004)
Joe Joyce (2016)

- **Puzzel leggen - Wij verhaal**

Wie: -coaches
 -atleten

Waar: -Rotterdam?
 -Regionale trainingscentra

Wat: -doelen: korte termijn?
 Lange termijn?

Wanneer: -resultaten





**PRESTATIEPROGRAMMA
2028**

**ONTWIKKELINGSPROGRAMMA
2032-2036**

ONTWIKKELING VS. PRESTATIE



Ontwikkelingsprogramma

Alles mag, niets moet!

Leerfase.

Geen risico's.

Toekomst!

Prestatieprogramma

MOET

Het moet **N U** gebeuren

Heden = toekomst

Toekomst = heden

Gerechtvaardigde, berekende risico's

- selecties

- medailles



ONTWIKKELINGSPROGRAMMA 2036



LEEFTIJD 12-16 Jaar

- 1 training maandelijks :
 - coördinatie-reactie (test/wedstrijd)
 - techniek/tactiek
 - samenwerking scheidsrechterscommissie
- 3 maandelijks:
 - publieke wedstrijd (Rotterdam)
 - tegenstanders Duitsland/België/Frankrijk



Ontwikkelingsprogramma 2032



Leeftijd 16-19 jaar

- 1 trainingsdag om de 14 dagen te Rotterdam (prioritair)
- 2 trainingen/week in RTC (weekdag + zaterdag)
- 4-5 toernooien/jaar
- voorafgaand trainingskamp: CREPS (Nancy)
- trainingskamp Rotterdam 2 weekends (vr-zo)



Ontwikkelingsprogramma 2032



- April 10-11-12-13 Porto Box Cup
- Juni 13-15 Haringey Box Cup
- Voorafgaand trainingskamp: Rotterdam of Creps (Nancy)



-3 trainingdagen per week:

- 2x in HTC (Rotterdam)
- 1x in RTC

-2 maandelijks trainingskamp



Prestatieprogramma



- April: Porto Box cup 10-13 april
- Mei: Round of Robin (Germany) TBC
- Juni: Eindhoven Box Cup 5-10 juni
- Juli: World Boxing Cup Cologne
- September: WK World Boxing 4-14 sept

-voorafgaand aan elk toernooi Trainingskamp TBC (Duitsland en/of CREPS)

-voorafgaand WK Trainingskamp Duitsland (augustus)

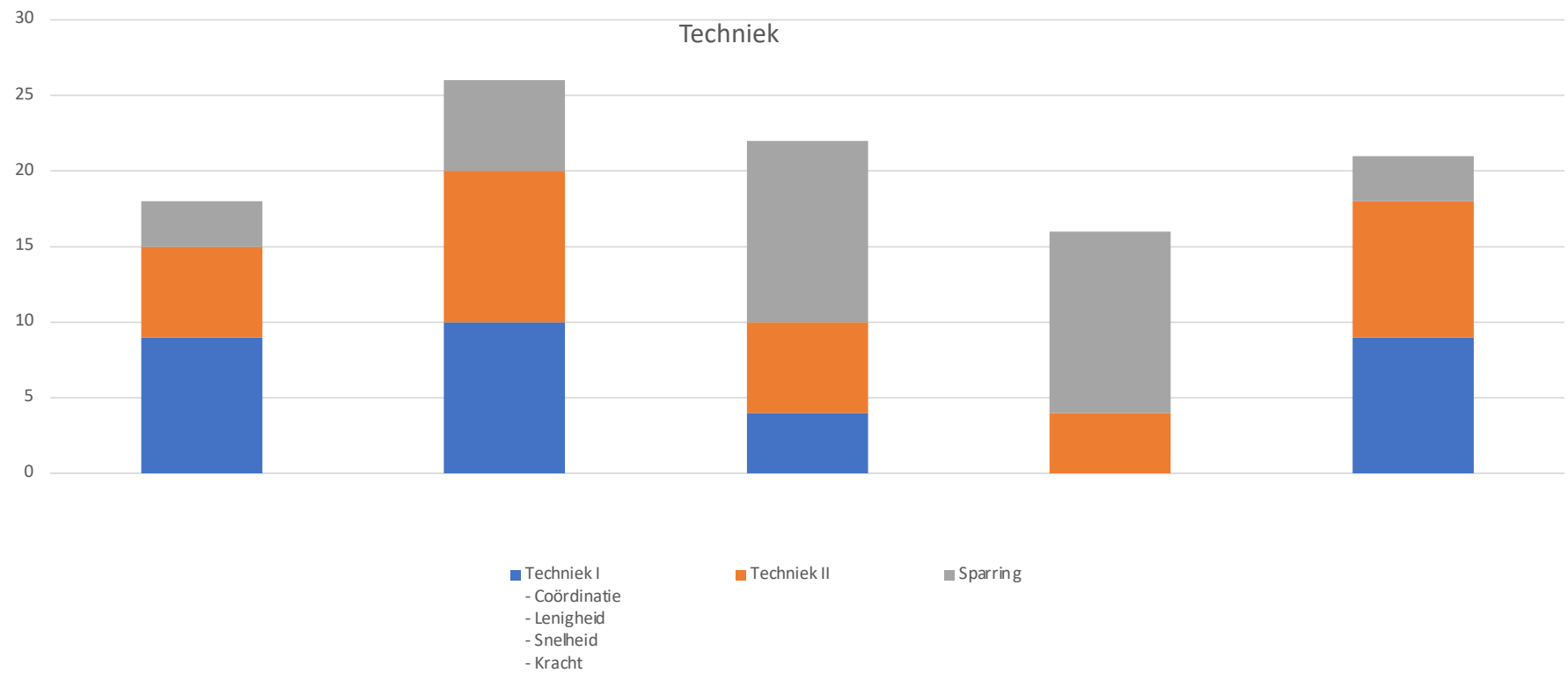




FYSIEK	FEB	MA	APRIL	MEI	JUNI	TOTAAL
Competitie	0	0	1	0	1	4
Aëroob V	2	3	2	2	0	9
Anaëroob V	0	0	2	2	2	6
Anaëroob C	2	3	0	0	0	5
DL						
- HDL						
- RDL						
- NDL						
- SDL	16	16	6	16	8	68
Kracht	12	12	9	12	6	51
TOTAAL	32	34	20	32	17	
TECHNIEK	Feb	Maart	April	Mei	juni	TOTAAL
Techniek I						
- Coördinatie						
- Lenigheid						
- Snelheid						
- Kracht	9	10	4	9	0	32
Techniek II	6	10	6	9	4	35
Sparring	3	6	12	12	3	36
TOTAAL	18	26	22	30	7	

Prestatieprogramma: belastingstabel

Techniek: aantal eenheden belasting



Ontwikkelingsprogramma: korte termijn damesboksen



- Absolute niche
- Cross-over aanverwante vechtsporten: Kick-Boxing/Thai-Boxing
- In eerste instantie onderbrengen onder het herenprogramma



Interne selectiecriteria Prestatie- en ontwikkelingsprogramma



Selectie/uitnodiging voor trainingen:

- in eerste instantie nodigen we alle A-klasse bokkers uit
- B-klasse finalisten

Selecties voor wedstrijden:

- op basis van resultaten/fysieke paraatheid/gewicht/beschikbaarheid:

- Nr 1-2 A-klasse



Sportwetenschappelijke omkadering

Mental Coach

Inspanningsfysioloog

Fysiotherapeut en
medische begeleiding

Strength &
conditioning

Coach



Prestatieprogramma: gewichtscategorieën (voorstel LA 2028)



Men Weights	Woman Weights
55kg	51kg
60kg	54kg
65kg	57kg
70kg	60kg
80kg	65kg
90kg	70kg
+90kg	75kg



Vragen

?





Bedankt



NEDERLANDSE
LOTERIJ



WORLD
BOXING