



**Kritische Prestatie Indicatoren (KPI) topsportplan
TopTriathlon
Olympisch en paralympisch in NTC / RTC
Sittard en RTC Almere**

2013 - 2020

**TOPSPORT EN TALENTONTWIKKELING
NEDERLANDSE TRIATHLON BOND**

“DE BESTE SPORTERS EN DE BESTE COACHES
IN HET BESTE PROGRAMMA EN MET DE BESTE FACILITEITEN”



Actiepunten en KPI's pijler 1 – sporters

Gerealiseerd – in ontwikkeling – nog niet gerealiseerd

Jaartal realisatie	Actie	Eigenaar
Maart 2013	Per selectie atleet een persoonlijk ontwikkelplan met KPI's gemaakt door de coach van de betreffende selectie en elke 2 maanden voortgang toetsen. Ja, persoonlijk ontwikkelplan voor elke atleet volgens format 'John Hellemans'	John Hellemans (coaches)
December 2012 en december 2016	Vrijmaken van sporters 'kernploeg' voor vier jaar door sporterkosten over te nemen. 2013: ja	Adrie Berk Ondersteuning NOC*NSF door A of HP status
Maart 2013	Plan van aanpak maken om groepdynamische processen te verbeteren bij atleten. (beperken energieverlies, succesvolle maar ook sociale en gelukkige atleten). 2013 realisatie plan van aanpak november. Uitvoering vanaf december 2013.	Lars van der Eerden
December 2013 – 2016 - 2020	Productie Olympisch: Kernploeg zie prestatie KPI. Fulltime opleiding NTC. Elke OS cyclus 2 kernploegleden afleveren. (top 80 ITU) 2013: Marco van der Stel. Parttime opleiding NTC en RTC: elk jaar 2 atleten doorstromen naar fulltime programma. Zie factsheets voor potentiële namen 2013: Bryan de Kraker, Maya Kingma, Menno Koolhaas, Jeffrey Reijnders. 2013 uitstroom 4 atleten.	Adrie Berk
December 2013 – 2016 - 2020	Productie Paralympisch: kernploeg 2014 2, 2016 4 en 2020 6 atleten. Opleiding PS NTC 2014 4, 2016 4 en 2020 6 atleten. Zie factsheets voor potentiële namen 2013: start 2014: 3 kernploegleden en 1 opleidingsploeg (wachten op categorie 6a/6b)	Adrie Berk
December 2013	Prestatie Olympisch: In 2013 1x podium WTS vrouwen, 5 vrouwen in top 100 ITU ranking, 1 man top 20 WTS en in Top 100 ITU ranking. Podium 2013: Maaïke Caelers Auckland. Rachel Klamer EK Alanya. Top 20 mannen: Marco vd Stel Yokohama Ranking 2013 top 100: 4 dames, 1 heer	John Hellemans
December 2014	Prestatie Olympisch: In 2014 2x podium WTS vrouwen, 4 vrouwen in top 75 ITU, 1 man top 16 WTS en in top 80 ITU. Vrouwen top 10 marktaandeel.	John Hellemans
December 2015	Prestatie Olympisch: In 2015 3x podium WTS vrouwen, 3 vrouwen in top 50 ITU, 1 man top 12, 2 man in top 100 ITU	John Hellemans
December 2016	Prestatie Olympisch: In 2016 OS podium, 3 vrouwen op OS, 3x podium WTS vrouwen, 1 man OS top 16, 1 teamrelay OS/WK top 8 Vrouwen top 8 landen marktaandeel ranking, mannen top 20 marktaandeel.	John Hellemans
December 2016	Prestatie Paralympisch: 2 deelnemers PS, 1x podium	Bas de Bruin
December 2020	Prestatie Olympisch: In 2020 OS podium, 3 vrouwen op OS, 4x WTS podium vrouwen, 1 man OS top 12, 1 teamrelay OS/WK top 6 Vrouwen top 6 landen marktaandeel en mannen	Adrie Berk

	top 16 marktaandeel.	
December 2020	Prestatie Paralympisch: 4 deelnemers PS en 2x podium.	Adrie Berk
2013 - 2016 - 2020	Scouting Olympisch: 4 nationale talentdagen per jaar in NTC/RTC en/of NTB opleidingsvereniging. 2013: Talentdag Almere, Sittard 2014: 4x	Adrie Berk i.s.m Sander Berk
Februari 2014	Plan van aanpak: scoutingsysteem en infrastructuur.	Adrie Berk
Maart 2014	Formeren van netwerk met talentscouts met link naar talentcoaches NTB.	Adrie Berk
2013 - 2016 - 2020	minimaal 4 instromers/ Tritalents per jaar in NTC weekendprogramma of RTC weekprogramma 2013: 12 instroom en 1 uitstroom. 2014:	Sander Berk
2013 - 2016 - 2020	Scouting Paralympisch: 2 nationale talentdagen triathlon en aanwezig bij NOC*NSF talentdagen. 2013: Almere, Sittard, Papendal 2014:	Bas de Bruin
2013 - 2016 - 2020	Minimaal 2 paratri atleten per jaar scouten voor nationale selectie. 2013: 3 instroom en 2 uitstroom 2014:	Bas de Bruin
2013 - 2016 - 2020	Minimaal per jaar 1 extra NTB opleidingsvereniging operationeel tot doelaantal 12 in 2020. 2013: Almere AVA/TVA fusie 2014	Adrie Berk
December 2014	Blauwdruk gereed voor model KNZB/NTB-omniverenigingen met ondersteuningsplan om te komen tot opzet van triathlonafdelingen bij grote zwemverenigingen	Adrie Berk
September 2014	Realiseren van geïntegreerde leerlijn voeding, mentaal, topsport gedrag, lifestyle, hygiëne/rust, specifieke kennis van de sport.	Sander Berk in samenwerking met begeleidingsteam NTC
December 2013	Komen tot een plan van aanpak samen met Lars van der Eerden t.a.v. het vaststellen van de persoonskenmerken en fysieke en mentale criteria voor toptriathlon 2013: gereed	Sander Berk in samenwerking met Lars van der Eerden
December 2014	Vaststellen van een fysiek profiel van de 'podium atleet en komen tot een lijst van fysieke kenmerken voor talentwerving 10 jaar voor podium	Sander Berk (in samenwerking met NOC*NSF)
December 2015	Vaststellen van persoonlijkheidsprofiel van de 'podium atleet' en komen tot een lijst van persoonskenmerken voor talent identificatie in de periode 10 jaar voor podium	Sander Berk in samenwerking met Lars van der Eerden

Actiepunten en KPI's pijler 2 – coaches en trainers

Jaartal realisatie	Actie	Eigenaar
December 2012	Plan van aanpak 'teamwerken coaches' met action type December 2012 gerealiseerd	Lars van der Eerden
Mei 2013	Alle coaches hebben persoonlijkheidstest ondergaan en de rapporten zijn rondgedeeld en in groepsverband is er mee gewerkt in het kader van 'teamwerken' Juni 2013 gerealiseerd, elke jaar 2 sessies olv Lars.	Lars van der Eerden

September 2013	Individueel en teamtraject persoonlijke ontwikkeling van coaches 2013 mee gestart. 360gr feedback / action type 2014 doorzetten.	John Hellemans
April 2013	Het 'Coach de coach' ontwikkel programma opstellen en vanaf april starten met 1 keer per maand een sessie voor coaches en door coaches NTC/RTC/opleidingen/NTB discipline coaches Per april 2013 gestart 1 keer per maand. Wordt in 2014 overgenomen door NTB opleidingen.	John Hellemans
2013 - 2016	Een coach krijgt binnen zijn job tijd om zich te ontwikkelen / scholen gedurende 2 dagen in de maand middels NOC*NSF mastercoach horizontaal traject en/of eigen verticale traject 2013: Eric vd Linden is gestart met TC5 en mastercoach N*N, Jordi Meulenberg is gestart met mastercoach N*N en JCC 'master in coaching', Rob Barel met mastercoach N*N, Bas de Bruin met mastercoach N&N en TTN4. Sander Berk platform toegepaste wetenschap.	Adrie Berk
April 2013	Starten met vullen van kennisbibliotheek op NTC site voor triathlontrainers NL. De eerste artikelen staan op de NTC site vanaf maart 2013. Van maart tot november zijn er 8 documenten bijgekomen.	Sander Berk
December 2012	Start bondscoach Eric vd Linden met TC5. Gerealiseerd	Adrie Berk
December 2013	Start bondscoach Bas de Bruin en talentcoaches Jordi Meulenberg / Sander Berk met TTN4 per oktober 2013. Daarna vervolg TC5 Alleen Bas de Bruin gaat traject TTN4 in. Jordi Meulenberg en Sander Berk via ander traject richting TC5.	Adrie Berk
juni 2016	Vaststellen welke coaches essentieel zijn voor het programma 2020.	Adrie Berk
2013 - 2016	Realisatie deelname van coaches / embedded scientist aan minimaal één nationaal of internationaal congres per jaar ITU wetenschappelijk congres, 2x voedingscongres, Coachplatform, sportinnovatie congres, NL coach themadagen en congres.	Adrie Berk
September 2014	Aanstellen van fulltime coördinator / coach van RTC programma Almere	Adrie Berk
2013 - 2016	Een coach doet zelf aan (triathlon) sport en heeft ook een doelwedstrijd/ prestatie moment. 2013: coach battle Maastricht / ironman / marathon: resultaat gezonde en fitte coaches.	John Hellemans
Voor sept 2015	Eric van der Linden slaagt voor TC5	Eric van der Linden
Oktober 2016	Aanstellen talentcoach na doorgroei programma	Adrie Berk
2013 - 2016	Het NTC organiseert jaarlijks een trainersdag om kennis door te geven. 23 september NTB Opleidingsverenigingen 23 november: Trainersdag. Wordt per 2014 overgenomen door NTB opleidingen.	John Hellemans
2013 - 2016	De headcoach draagt bij aan kwaliteit van coachopleiding NTB. 2013: trainingsintensiteit en testprotocol (i.s.m. Sander Berk)	John Hellemans
2013 - 2016	Jaarlijks een ex topsporter op de TTN3 opleiding 2013: Edo van de Meer, Bas Diederik TTN3 en 4	Adrie Berk

Actiepunten en KPI's pijler 3 – wedstrijden en competities

Jaartal realisatie	Actie	Eigenaar
September 2013	NTB bestuur geeft op het ITU congres aan dat de internationale wedstrijdkalender minstens voor 2 opeenvolgende jaren gereed dient te zijn per september van enig jaar. 2013: is besproken op het ITU congres, maar heeft nog niet het gewenste effect.	Rembert Groenman
2013	Onderzoek naar de mogelijkheden van een circuit van 4 a 6 ParaTriRaces in de Nederland en België. Per april 2013 is een NL circuit van 5 wedstrijden gerealiseerd.	Rob Noordzij
2013/2014	De nationale Lotto Eredivisie zal doorontwikkeld worden met mogelijke inbreng van buitenlandse atleten. Doel is dat de NL junioren en onder 23 jarigen, zonder veel reizen en kosten, wel ervaring op kunnen doen in 5 sterk bezette stayerwedstrijden Is in 2013 gerealiseerd en jun en o.23 hebben ervaring op kunnen doen. In 2014 wordt Lotto eredivisie, 1 ^e divisie en 2 ^e divisie georganiseerd.	NTB organisatie Eredivisie Triathlon
2013 - 2020	Elk jaar een Europacup OD elite in Nederland 2013 Holten (EK o.23 en premium ETU cup) 2014 Holten (premium ETU cup en jun. cup) 2014 Weert European Qualifier YOG	NTB toporganisaties
2013 - 2020	Eén keer in de acht jaar een EK evenement voor OD in Nederland. 2013 Holten (EK o.23 en youth)	NTB toporganisaties
2014	Plannen van open NK paratriathlon gelijk met NK sprint of OD 2013 en 2014 in Didam.	Rob Noordzij
2014	Paratriathlon / duatlons in NL koppelen aan bestaande organisaties. In 2013 minimaal 3 wedstrijden in Nederland en daarna elk jaar 1 wedstrijden (met eigen startserie) extra In 2013 een circuit van 5 races.	Rob Noordzij
1x voor 2016, 1x voor 2020	De organisatie van een of meerdere internationaal aansprekend evenement(en) in Limburg 2013 en 2014: Horst EK Duathlon Sprint en EK Duathlon Lang (ETU/Powerman) 2014 Weert European Qualifier YOG	Rembert Groenman

Actiepunten en KPI's pijler 4 – specialistische begeleiding

Jaartal realisatie	Actie	Eigenaar
September 2013	Aanstelling wetenschappelijke adviescommissie Triathlon in samenspraak met Embedded Scientist/TEIC/ NOCwot die 2 keer per jaar bij elkaar komt ter ondersteuning van de coaches en embedded scientist Commissie/ expertpanel is uitgenodigd voor bijeenkomst 18 september met coaches en emb. scientist.	John Hellemans
1 Januari 2013	Aanstelling embedded scientist voor 0,4 fte. Dit in de combinatie van een functie als talentcoach of assistent coach, zodat de embedded scientist continu in het programma werkt en niet van	Adrie Berk

	<p>topsportprogramma naar topsport programma moet hoppen. Sander Berk is aangesteld per 1 januari</p>	
Juni 2013	<p>Procedures en protocollen afronden, implementeren en in toekomst doorontwikkelen. Updates gerealiseerd</p>	John Hellemans
Juli 2013	<p>Plan van aanpak 'kennisdelen, vergaren, vergroten' in Sportzone Limburg, waar NTC triathlon als speerpunt sport aan meewerkt. Overleg gevoerd vanuit NTC, maar nog geen afgerond plan. Wel opgepakt door topsport Limburg</p>	Topsupport / topsport Limburg
December 2013	<p>Plan van aanpak 'volgsysteem van de toekomst' met o.a. de verbetering monitoring 'arbeid en rust' via 'watch van de toekomst' in Tritrack of toekomstig volgsysteem. Naast TriTrack wordt een tweede logboek / volgsysteem getest. In oktober beslissing met welk systeem / systemen we verder gaan. Verbetering in arbeid-rust zal komen door het beter inzichtelijk te maken wat gedaan is en wat de effecten daarvan zijn. Resultaat: in oktober gestart met IQO2. Dit programma wordt in samenwerking met ons (en BelkinCycling) nog doorontwikkeld.</p>	Sander Berk
December 2013	<p>Alle rapportages en verslagen zijn gedocumenteerd en staan in intern dossier op de NTC site. Alle rapportages en verslagen staan op de computers van de coaches. Er is nog geen intern deel (dropbox) in TriTrack / NTC site om dit op te slaan (actie Eric).</p>	Sander Berk
December 2013	<p>Alle sportwetenschappelijke (en preventieve medische en voeding) begeleiding staan in online jaarplan atleten. Elke coach zet zelf de begeleiding in het online jaarplan. Voorstel over timing van sportwetenschappelijke begeleiding is gedaan in document Testen, protocollen en planning NTC. Goed opgepakt door de coaches, met als resultaat een excel werkblad waarin alle (sport)medische testen voor alle atleten genoteerd staan.</p>	Sander Berk
2013 - 2016	<p>De volgende tests of monitormogelijkheden zijn gerealiseerd voor de selecties die achter de test benoemd staan. (KP=kernploeg, NTC = Opleiding NTC RTC = Regionaal trainingscentrum)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 laboratorium test per jaar (TEIC) met op elke testdag een fietstest maximaal en looptest submaximaal (KP) <p>Alle atleten zijn in oktober, november of december 2013 getest in Amersfoort (Guido Vroemen)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 a 3 Fietstest (HF, vermogen, lactaat) om zones te bepalen / controleren. (KP + NTC) <p>Geen testen uitgevoerd in 2013, eerste testen staan gepland voor februari 2014</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 a 3 Zoladztesten lopen (hartslag, snelheid, lactaat) om zones te bepalen (KP + NTC + RTC) <p>1 test uitgevoerd in januari 2013 Alle atleten in een loopblok zijn in oktober of november begonnen met een veldtest, gevolgd</p>	Sander Berk

	<p>door een maandelijkse standaardtraining</p> <ul style="list-style-type: none"> Zwemmen: critical swim speed test elke trainingcyclus (tijd, slagfrequentie, slaglengte) (KP + NTC + RTC) <p>3 testen uitgevoerd in seizoen 2013 Alle atleten in een zwemblok zijn in oktober begonnen met een veldtest, gevolgd door een maandelijkse standaardtraining. Alle atleten doen maandelijks een CSS test</p> <ul style="list-style-type: none"> Zwemmen: HF en slagfrequentie via Hosand / Polar systeem tijdens training kernsets zwembad en openwater (KP + NTC) <p>HF meting via Hosand / Polar tijdens veldtesten en standaardtrainingen bij atleten in een zwemblok</p> <ul style="list-style-type: none"> Fietsen: HF en powerdata training en wedstrijden in TriTrack, verwerken en analyseren training (KP + NTC) <p>Data-analyse tijdens (hoogte)stages KP Polar en Powertap getest en gecontroleerd voor structureel gebruik in 2014. Herverdeling van materiaal vindt plaats in december en januari.</p> <ul style="list-style-type: none"> Hoogte adaptie d.m.v. submaximaaltest en SpO2 monitoring (KP) <p>SpO2 monitoring (in rust) voor en na hoogtestage KP februari, niet i.c.m. (sub)maximaaltest gedaan</p> <p>Document 'Testen, protocollen en planning NTC' geeft aan hoeveel en wanneer testen er per jaar voorgesteld worden per atleet. Deze planning wordt vanaf oktober 2013 gevolgd.</p>	
December 2013	<p>Techniek analyse/efficiëntie en data verwerking.</p> <ul style="list-style-type: none"> Zwemtechniek analyse in Sittard 2 tot 6 keer per jaar door Jordi Meulenberg (KP + NTC) <p>Coaches werken nu met Dartfish op de iPad. De eenvoudige beschikbaarheid en terugkijkgemak hebben ervoor gezorgd dat dit sinds oktober veel vaker gebruikt is</p> <ul style="list-style-type: none"> Looptechniek analyse in Sittard 2 tot 6 keer per jaar met eigen coach (KP + NTC) Fietstechniek analyse 2 keer per jaar met eigen coach. (KP + NTC) Dynamische voetmeting ism Bas de Bruin / Guido Vroemen (1 keer per jaar) Dynamische fietspositie meting ism Bikemedical/ Guido Vroemen (1 keer per fiets af laten stellen, of jaarlijks als atleet in de groei is.) <p>2013: Bovenstaande punten zijn voor individuele atleten gedaan / geregeld wanneer coach dat nodig achtte. Zoals aangegeven in eerder vermeld document, zal dit in 2014 meer gestructureerd gaan plaatsvinden.</p>	Sander Berk
September 2013	<p>Implementatie van hypoxietraining in de komende seizoenen' – per atleet afhankelijk van adaptie.</p> <p>Door materiaal defect niet geheel gerealiseerd.</p>	John Hellemans
December 2013	<p>Lopen: plan van aanpak voor: pasfrequentie, paslengte en racepace-strategie via sensor (in samenwerking met TEIC)</p> <p>2013: Pasfrequentie en paslengte gemeten d.m.v. Polar Footpod bij atleten waarbij dit</p>	Sander Berk

	<p>waarneembaar voor verbetering vatbaar was en zoveel mogelijk bij elke veldtest. Bewegingssensor via TEIC is niet gerealiseerd. Geen race-pace strategie / analyse uitgevoerd.</p>	
December 2014	<p>Lopen: uitvoering van 'plan van aanpak' in WTS races ten aanzien van de optimale individuele pasfrequentie, lengte en racepace.</p>	Sander Berk
December 2015	<p>Waterweerstand project InnosportNL samen met KNZB. In december 2015 bepalen of de verwachte winst gebruikt kan worden voor OS 2016. Overleg gehad met Eric Driessen (projectleider waterweerstand). Hij is met onze punten / onderzoeksvragen teruggegaan naar de onderzoekers en komt nog terug met een verwachting of dit te realiseren is of niet. Wanneer niet, is uitstappen uit dit project een reële mogelijkheid.</p>	Sander Berk

Actiepunten en KPI's pijler 4 – materialen

Jaartal realisatie	Actie	Eigenaar
2013 en 2014	<p>Doorontwikkelen van de projecten die in 2011 zijn ingezet samen met NOC*NSF WOT en InnosportNL Dit zijn A. powerbreath monitoring (realisatie december 2013) , B. HF zwemmen realtime (realisatie juni 2013), C. sensor SF zwemmen, RF lopen (realisatie december 2014), D. pedalplates (realisatie maart 2014), E. vermogensmeten fietsen (realisatie december 2013).</p> <p>A: Per november 2013 opgepakt. In december en januari worden alle atleten getest. Training wordt vooral ingezet bij atleten die tijdens maximaaltesten een 'afwijkend' of op het oog submaximaal ademhalingspatroon laten zien. B: HF kan realtime gemeten worden m.b.v. Hosand / Polar systeem en wordt gebruikt tijdens testen en standaardtrainingen C: Nog geen bruikbare sensor ontwikkeld D: Onderzoeksvragen en protocollen opgesteld. Eigenschappen optimale adapter besproken, nu wordt een tekening daarvan gemaakt. Daarna maken en testen ervan. Atleten staan open voor gebruik van de adapters E: Polar en Powertap vermogensmeters werken goed en betrouwbaar (genoeg). Materiaal wordt in december en januari herverdeeld onder de atleten (KP powertap, overige atleten Polar en resterende powertaps) en worden daarna getest en gemonitord</p>	Sander Berk
maart 2013	<p>Aanschaf van laptops / ipads voor coach werkzaamheden. Is gerealiseerd in maart</p>	Adrie Berk
mei 2013	<p>Aanschaf SwimPro videoanalyse systeem (AUS) 1e versie uitgeprobeerd in maart en 2e versie is in juli 2013 geleverd. In november terug naar de leverancier. Voorlopig analyse via dartfish</p>	Adrie Berk
september 2013	<p>In gebruik nemen van een 9 personenbus Sportzone voor transport naar 50m bad en fiets/looplocaties</p>	Sportzone Limburg / topsupport.

	In overleg met Fred van Barneveld Topsupport.	
september 2013	Een aanhanger voor transport van fietsen / handbikes naar trainingen Ardennen of naar Europacup wedstrijden In overleg met Fred van Barneveld / Topsupport	Sportzone Limburg
Oktober 2013	Aanschaf van tweede hands materiaal voor laagdrempelige instap paratri: 2 handbikes, 2 wheelers, 2 tandems op advies Bas de Bruin Gerealiseerd handbike en wheeler. Tandems wachten op beslissing IPC/ITU	Adrie Berk
Oktober 2013 en oktober 2015	Aanschaf 10x ATB's voor wintertraining weekend programma. 6 ATB's aangeschaft en 6 afgeschreven fietsen opgeknapt.	Adrie Berk

Actiepunten en KPI's pijler 4 – (para)medische begeleiding

Jaartal realisatie	Actie	Eigenaar
November 2012	Toevoegen Fred Hartgens in het medisch team als sportarts met specialisatie voor kernploeg en opleiding Gerealiseerd per december 2012	John Hellemans
November 2012	Toevoegen huisartsen praktijk Ruers, Hobma, Cals, waarbij laatstgenoemde contactpersoon topsport is. Gerealiseerd per november 2012	John Hellemans
Februari 2013	Sluiten van samenwerkingsovereenkomst met huisartsen praktijk Ruers, Hobma, Cals en met SMA Maastricht Fred Hartgens Gerealiseerd	Adrie Berk
April 2013	Verbeteren van Medisch registratie + communicatie / rapportage structuur voor huisarts, sportarts, fysiotherapeut, medisch coördinator en de coach van de atleet. Is gerealiseerd	John Hellemans
september 2013	Komen tot een protocol 'hoe om te gaan met eetstoornissen binnen het NTC' met inbreng van sportdiëtist en sportpsycholoog Is gerealiseerd	John Hellemans
2013 - 2016	Preventief medisch onderzoek en testen <ul style="list-style-type: none"> • Jaarlijks periodiek medisch onderzoek • Functioneel bewegingsonderzoek/ 2 maal per jaar spierbalanstest met upgrade van individueel oefenprogramma • Bloedonderzoek 3 maal per jaar • Menstruatie cyclus /pilgebruik • Hygiëne/herstelprotocol 	Sportarts Guido Vroemen/ Fred Hartgens. Bjorn Cals fysiotherapeut Jochen Cals of eigen huisarts Sportartsen Vroemen/ Hartgens Jochen Cals
2013 - 2016	Zorgbehandeling 24/7 in Sittard/Maastricht en Almere/Amersfoort <ul style="list-style-type: none"> • Blessureconsulten • Faciliteren van en begeleiden van behandelplan met specialisten, artsen en fysiotherapeuten • Netwerk voor spoedeisende hulp • Zorgen voor financiële afhandeling 	Fred Hartgens, Guido Vroemen. John Hellemans John Hellemans i.s.m. Guido Vroemen Voorschrijvende sportarts

	<ul style="list-style-type: none"> • ziektekostenverzekeringen • Zorgen voor dossiervorming • Gezondheidszorg via Huisarts <p>De opzet is gerealiseerd door en met het medisch team</p>	<p>John Hellemans</p> <p>Cals, Hobma, Ruers</p>
2013 - 2016	<p>Zorgbehandeling 'on the road' tijdens evenementen en stages.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Voor fysiotherapie is een pool van 3 fysiotherapeuten gevormd vanuit de praktijk Stofberg Sittard. (via Teic) • Inzet fysiotherapeut tijdens training (1x per week) via Teic • Bij afwezigheid van de sportarts zal, indien noodzakelijk, John Hellemans deze rol op zich nemen bij stages en wedstrijden <p>Is opgezet met fysio Stofberg</p>	<p>Bjorn Cals.</p> <p>Bjorn Cals</p> <p>John Hellemans</p>
2013 - 2016	<p>Antidoping</p> <ul style="list-style-type: none"> • dispensatieaanvraag medicijnen door verantwoorde sportarts, voorlichting (met Dopingautoriteit en TS Limburg), prestatiebevordering (wat is wel toegestaan, zonder dat het gezondheid schaadt?) <p>Voorlichting 2013: TS Limburg, sportservice Flevo en NTB hebben anti doping voorlichting bijeenkomsten georganiseerd.</p>	<p>Voorschrijvende sportarts</p>
2013 - 2016	<p>Voedingsanalyse</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lichaamssamenstelling 3 keer per jaar (gewicht, lengte, som van 7 huidplooiën) • Individuele begeleiding voeding en suppletie tijdens en naast de training • Individuele begeleiding voeding en suppletie voor, tijdens en na de wedstrijd <p>Opgezet en doorlopend proces.</p>	<p>Marja Ockeloën</p>
2013 - 2016	<p>Mentaal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Psychologische intake gesprek atleten en jaarlijkse update vanaf ingang Weekend programma NTC • Jaarlijks voortgangsgesprek met NTC atleten. <p>Opgezet en doorlopend proces</p>	<p>Lars van der Eerden</p>

Actiepunten en KPI's pijler 5 – dagelijkse trainingssituatie

Jaartal realisatie	Actie	Eigenaar
December 2012	<p>Vier jonge senioren mannen opnemen in RTC als trainerspartner voor elite vrouwen en NTC jongens junioren en onder 23.</p> <p>Is gerealiseerd, geëvalueerd en niet bevallen/doelstelling niet behaald.</p>	<p>Eric van der Linden</p>
Maart 2013	<p>Plan van aanpak voor reeks (8 – 12 per jaar) 'educatieprogramma' per selectie niveau / ontwikkelingsniveau MOtri. Educatiemomenten als aanvulling op 'ontwikkeling als topsporter'</p> <p>Plan van aanpak en voorstel voor winter 2013/2014 is gemaakt.</p>	<p>Sander Berk</p>
September 2013	<p>Uitvoering van 'plan van aanpak' Educatie programma RTC/ NTC atleten.</p> <p>Programma staat en wordt uitgevoerd. Verdere doorvoering dmv onderverdelen in hoofdthema's en koppelen aan leerlijnen en MOP</p>	<p>Sander Berk</p>

	is KPI voor 2014	
September 2013	Mogelijkheden onderzoeken om in het nieuw op te zetten HPC TriNZ samen te werken met de kiwi's. Verder mogelijkheden onderzoeken of TriNZ Sittard als 'summer base' interessant vinden. Keuze van TriNZ voor HPC is niet gevallen op locatie Christchurch. Met aanwezige internationale atleten in ChCh wordt samengewerkt alsmede ook de NZL selectie in Wanaka. TriNZ heeft nu Banyoles als summer base in Europa	John Hellemans

Actiepunten en KPI's pijler 5 – dagelijkse trainingssituatie - accommodatie

Jaartal realisatie	Actie	Eigenaar
2012 - 2020	Behoud huidige trainingsfaciliteiten 2013: Ja	Adrie Berk / Sportstichting Sittard Geleen
December 2013	Een speciale ruimte voor hoogte simulatie waar max 4 atleten kunnen zitten met de apparatuur Nog niet gerealiseerd.	Adrie Berk in samenwerking met TEIC
December 2014	Herstelruimte / Sauna bij bestaande sportaccommodatie	TEIC
December 2014	Fietsonderhoud ruimte i.s.m. KNWU	Topsupport
December 2014	Hoogte en klimaatkamers in het nieuwe Fitlandcomplex	Fitland
2016/2020	50 mtr zwembad voor dagelijkse topsporttraining met test en analyse faciliteiten	Gemeente Sittard Geleen/ Provincie Limburg

Actiepunten en KPI's pijler 5 – dagelijkse trainingssituatie - onderwijs

Jaartal realisatie	Actie	Eigenaar
December 2013	NTC triathlon studie coördinator koppelen aan andere NTC's / RTC's voor efficiëntie 2013: op projectbasis gebeurd dit. In 2014 wordt er bij topsport Limburg een studie coördinator en aparte lifestylecoach aangesteld voor de NTC en RTC's	Topsport Limburg
2013 - 2016	Regelgeving Onderwijsinstelling nationaal verbeteren t.av. de combinatie topsport en onderwijs. Ten aanzien van het MBO en HBO worden stappen gemaakt. Nog niet optimaal	OCW / NOC*NSF
2013 - 2016	Het aanbod HBO opleidingen / studierichtingen in regio Sittard op niveau houden 2013: akkoord	Sportzone , Provincie Limburg, Gemeente Sittard
September 2014	Tweede studie coördinator (parttime) aannemen voor alle NTC en RTC in de sportzone	Topsport Limburg

Actiepunten en KPI's pijler 6 – organisatie en leiderschap

Jaartal realisatie	Actie	Eigenaar
November 2012	Topsportmedewerker/ster werkend in Sittard. Gerealiseerd voor 1 dag per week Sittard en 2 dagen in Nieuwegein.	Adrie Berk
Januari 2013	Fulltime aanstelling Adrie Berk als Technisch Directeur en standplaats Sittard	Rembert Groenman

	Gerealiseerd	
Maart 2013	Overlegstructuur coaches en begeleiding in jaarplan (online) Gerealiseerd met GoToMeeting	Adrie Berk
1 mei 2013	Jaarcyclus topsport NTB werkzaamheden in eeuwige kalender In ontwikkeling. Per 1 januari gereed	Marloes Pleijte
1 mei 2013	Gebruiken van budgetbewaking functie binnen financieel pakket (bewaking, sturing, actueel, voorspellend) Wat TD wil, lukt (nog) niet. (door financiën en programma) Nu nog steeds handmatig	Mariska Lagerweij
September 2013	Pilotproject RTC Almere omzetten in een meerjarenprogramma, samen met de partners in Flevoland/ Almere Plan 'Flevoland ademt triathlon' op 23 nov ondertekend. Het RTC staat, in elk geval, tot 2016 als groeiproject binnen het totale plan.	Rembert Groenman
1 september 2013	In samenwerking met 'Triple Double' een partner / sponsor binden, die de NTB voor langere tijd gaat ondersteunen. Er ligt een kader voor een sponsorpropositie die nu door de NTB tot een definitief verhaal wordt ontwikkeld. Gesprekken zijn gaande met meerdere potentiële bedrijven.	Rembert Groenman
2015	Contract met provincie Limburg en gemeente Sittard voor periode 2017 - 2020 Op 20 september 2013 vindt een overleg plaats met provincie Limburg en betrokken partners. Gespreksonderwerpen zijn evaluatie voortgang 2013, eerste plannen 2014 en voorbereiden evaluatie samenwerking Sportzone - NTB periode 2011 - 2013. Op basis van deze evaluatie zullen in 2014 afspraken worden gemaakt voor de periode na de overeenkomst met de huidige GS van Limburg (2015 e.v.)	Rembert Groenman
2014	Doorontwikkeling TD in sportmanagement / teamperformance	Rembert Groenman i.s.m. NOC mastercoach
2014	Doorontwikkeling TS medewerkster naar internationaal teamleider / TS medewerker	Adrie Berk
2016	Nederlandse inbreng in ITU atleten, coach, technische en medische commissie	Rembert Groenman

foto nov 2013 - okt 2014

Olympische kernploeg				
Leveren van top-prestaties				
investeringsplan pag 15				
naam	m/v	doel	status	
1 Maaike Caelers 90	v	WTS M	A	
2 Rachel Klamer 90 -int.trainingsgr	v	WTS M	A	
3 Danne Boterenbrood 85 -time out	v	WTS T8	B	
4 Sarissa de Vries 89	v	WTS T16	HP	
5 Marco van de Stel 91	m	WTS T20	B	
Paralympisch Kernploeg en opleiding				
Opleiden en leveren van top-prestaties				
naam	m/v	doel	status	
1 Saskia van den Ouden	r	WK		
2 Jetze Plat knw u	m	WK		
3 Rob Vbet	m	WK		
4 Sjaak van den Berg	m	WK		
5				
6				
wachten op beslissing ITU				
Joleen Hakker	v	WK		
Odette van Deudekom	v	WK		

per 30 november 2013

NTC fulltime				
Opleiden van toptalent				
naam	m/v	doel	status	
1 Maya Kingma 95	v	WJK	B	
2 Jeanine Kocken 96	v	WJK		
3 Menno Koolhaas 95	m	WJK		
4 Bryan de Kraker 94	m	WKO23		
5 Jeffrey Reijnders 95	m	WJK		
6 Donald Hillebrecht 92	m	WKO23		
7 Marco Akershoek 93	m	WKO23		
NTC / Tri Talent vr - zo				
Opleiden van toptalent				
naam	m/v	doel	status	
1 Kirsten Nuyes 97	v	WJK/YOG		
2 Bianne Hullema 97	v	WJK/YOG		
3 Fianne de Croock 98	v	ETU/YOG		
4 Marje Dankelman 97	v	ETU/YOG		
5 Chayenne Poorts 98	v	ETU/YOG		
6 Rani Skrabanja 98	v	ETU/YOG		
7 Quinty Schoens 99	v	Eredivisie		
8 Ynze Keulstra 95	m	ETU/EJK		
9 Rens de Boer 97	m	ETU/YOG		
10 Finn Timmermans 98	m	ETU/YOG		
11 Niek Heldoorn 98	m	ETU/YOG		
12 Niek Heldoorn 99	m	Eredivisie		
13 Youri Keulen 98	m	ETU/YOG		
14 Renate Timmerman 96	v	ETU		
15 Lindy van Anrooy	v	ETU		
16				

RTC / Tri-talent

Opsporen en ontwikkelen van beloftevolle talenten				
naam	selectie	m/v	doel	status
1 Fianne de Croock 98	RTC Sittard	v	WJK/YOG	
2 Chayenne Poorts 98	RTC Sittard	v	ETU/YOG	
3 Rani Skrabanja 98	RTC Sittard	v	ETU/YOG	
4 Quinty Schoens 99	RTC Sittard	v	eredivisie	
5 Youri Keulen 98	RTC Sittard	m	ETU/YOG	
6 Finn Timmermans 98	RTC Sittard	m	ETU/YOG	
Remco de Veen - zij instroom 1 jr				
	Invitation RTC S		ETU	
1 Bas de Waal 94	RTC Almere	m	WKO23	
2 Britt de Waal 95	RTC Almere	v	ETU	
3 Thomas Bennis 96	RTC Almere	m	ETU	
4 Thomas Jansen 97	RTC Almere	v	ETU/YOG	
5 Rens de Boer 97	RTC Almere	m	ETU/YOG	
6 Niels Dokter '98	RTC Almere	m	ETU/YOG	
7 Niek Heldoorn '99	RTC Almere	m	Eredivisie	
8 Joyce Caro '99	RTC Almere	v	J&J	
9 Danielle Spoelder '96	RTC Almere	v	Eredivisie	

coaches

investeringsplan pag 22		
naam	niveau	fte
1 John Hellemans (headcoach)		0,4 fte
2 Eric van der Linden (bondcoach olympisch)		1 fte
3 Bas de Bruin (bondcoach paralympisch)		0,5 fte

Talentcoaches

investeringsplan pag 22		
naam	niveau	fte
4 Jordi Meulenbergh (talentcoach/zw emcoach)		1 fte
5 Sander Berk (talentcoach 0,6/w etenschap 0,4) ass. coach weekend		1 fte

beloftecoaches

investeringsplan pag 22		
naam	niveau	fte
Sander Berk RTC Sittard junioren		
6 Rob Barel RTC Almere coach	Almere	0,5 fte
RTC Almere: Ruud vd Laan (lopen)		
RTC Almere Jolijn van Valkengoed (zw)		
RTC Almere Merijn Schuurman (Zw en Talent ID)		

wedstrijden & competitie

investeringsplan pag 27		
doelwedstrijden zijn vetgedrukt	aantal	
Olympische Spelen	1	
World Triathlon Serie / ranking	8	
WK teamsprint	1	
Europees kampioenschap	1	
Worldcup serie		
ITU pointsranking		

wedstrijden & competitie

investeringsplan pag 27		
doelwedstrijden zijn vetgedrukt	aantal	
WJK en o.23	1	
EJK en o.23	1	
WK teamsprint	1	
Europacups voor junioren en senioren	3	
Lotto Eredivisie triathlon incl NK	5	

wedstrijden & competitie

investeringsplan pag 27		
doelwedstrijden zijn vetgedrukt	aantal	
WJK	1	
EJK	1	
WK teamsprint	1	
Europacup junioren / senioren	2	
Lotto Eredivisie triathlon incl NK	4	

S - dagelijkse trainingsituatie

investeringsplan pag 36		
kernploeg	wijzigingen vetgedrukt	
omvang programma	325	
coachbegeleiding ratio	1op4	
atleet > bondcoach > co coach		
2 seizoenenplanning	ja	
zw emw ater binnen	14uur	
zw emw ater buiten	ja	
loop, fiets en kracht accom	ja	
NTC sport, w onen, studie centraal	ja	
specialistische begeleiding centraal	ja	

S-1 Dagelijkse trainingsituatie

investeringsplan pag 36		
fulltime opleiding	wijzigingen vetgedrukt	
omvang programma	325	
coachbegeleiding ratio	1op8	
atleet > talentcoach		
2 seizoenenplanning	nee	
zw emw ater binnen	14uur	
zw emw ater buiten	ja	
loop, fiets en kracht accom	ja	
NTC sport, w onen, studie centraal	ja	
specialistische begeleiding centraal	ja	

S-2 Dagelijkse trainingsituatie

investeringsplan pag 36		
parttime opleiding weekend en stage w	wijzigingen vetgedrukt	
omvang programma	110	
coachbegeleiding ratio	1op8	
atleet > talentcoach i.s.m. verenigingcoach		
2 seizoenenplanning	nee	
zw emw ater binnen	6uur	
zw emw ater buiten	ja	
loop, fiets en kracht accom	ja	
NTC sport, w onen, studie centraal	ja	
specialistische begeleiding centraal	ja	

Medische begeleiding NTC

investeringsplan pag 32		
naam	wijzigingen vetgedrukt	
Fred Hartgens (sportarts)	0,1 fte	
Guido Vroemen (sportarts)	0,1 fte	
Jochen Cals (huisarts)	op afroep	
Bjorn Cals (fysio) - praktijk	0,3 fte	
Marco Lemmens (masseur)	0,2fte	

Specialistische begeleiding

investeringsplan pag 30		
naam	wijzigingen vetgedrukt	
Lars van der Eerden (mentaal)	op afr	
Renzie Hanham (mentaal NZL)	op afr	
Sander Berk (embedded scientist)	0,4 fte	
Marja Ockelben (voeding)	0,1fte	
Ilen Hellemans (voeding NZL)	op afr	
Wim Blom (studie / lifestyle)	0,2fte	
Eric van Breda (TEC w etenschap)	op afr	
Louis Delahaye (adviseur)	op afr	
Gerard Fletjens (adviseur)	op afr	

Organisatie en leiding

investeringsplan pag 44		
naam	wijzigingen vetgedrukt	
Pembert Groenman (alg. directeur)	0,1 fte	
Adrie Berk (techn. Directeur)	1 fte	
Marloes Pleijte (topsport adm)	0,6 fte	
Mariska Lagerweij (topsport financien)	0,2 fte	
Martijn Keijsers (persvoorlichter)	0,1 fte	
teammanager evenementen		