

HOOFDREDACTEUR

drs. Gerard van der Poel

REDACTIE

drs. Hanno van der Loo

drs. Jorrit Rehorst

Wigert Thunnissen

drs. Germen van Heuveln

EINDREDACTIE

drs. Hanno van der Loo

VASTE MEDEWERKERS

dr. Jacques van Rossum

ADRES

Sportgericht
Oudezijds Voorburgwal 129II
1012 EP Amsterdam
Telefoon 020-4222285
E-mail sportgericht@xs4all.nl
www.sport-gericht.nl

DRUK

Zalsman B.V., Zwolle

LAY-OUT

Asterisk*, Amsterdam

© 2011 Uitgeverij Sportgericht vof

ISSN 1571-8654

ABONNEMENTSPRIJS

€53,- (Nederland) voor 6 nummers, incl. BTW en verzendkosten. België €53,-.

Voor studenten €41,- indien een kopie collegekaart wordt meegestuurd.

Belgische studenten €41,-.

Europa €69,50, daarbuiten €85,50.

Abonnementen kunnen worden aangepast per kalenderjaar. Beëindiging van het abonnement twee maanden voor het eind van het jaar.

OVERNAME ARTIKELEN

Het overnemen en vermenigvuldigen van artikelen is slechts geoorloofd na schriftelijke toestemming van de uitgever.

Auteurs vrijwaren de uitgever voor eventuele claims van derden vanwege gepubliceerde bijdragen in de vorm van artikelen, foto's of ander illustratiemateriaal.

Inhoud

Tweedehands

Sportgericht vindt natuurlijk het wiel niet uit, maar is een mooi 'tussenstation' van kennis. De auteurs in *Sportgericht*, allen enthousiaste vakgenoten, delen hun opgedane of verzamelde praktische en wetenschappelijke kennis met u. Je zou alle kennis die u uit ons mooie blad tot u neemt dus 'tweedehands kennis' kunnen noemen. En waar 'echt nieuwe kennis' nog geen garantie op bruikbaarheid geeft, daar heeft tweedehands kennis zich vaak al bewezen!

In het erg leuke artikel van Mirjam Müskens blijkt dat in de topsport het 'talent' ook best wel 'tweedehands' mag zijn om de top te kunnen halen. Flink wat toppers blijken in hun jeugd andere sporten te hebben beoefend! Müskens verduidelijkt dat 'deliberate planning' en kundige begeleiding een grote rol spelen bij het presteren.

Ik trek daaruit de conclusie dat het in de hele sport lastig wordt om de gewenste resultaten te behalen zonder kundige begeleiding. Daarom ook in dit nummer van *Sportgericht* weer 10 prima en zeer diverse artikelen om uw kundigheid en kennis verder te vergroten.

Veel 'tweedehands' leesplezier gewenst!

Gerard van der Poel

Hoofdredacteur *Sportgericht*

Tweedehands topsporters; tweederangs topsporters, Mirjam Müskens	2
Het kwantificeren en sturen van de trainingsbelasting (deel 2), Albert Smit & Lourain van der Vleuten	7
Dick Swaab en de fitrace naar de dood, Wim Burgerhout	12
Reserves in het discusswerpen, Gert Damkat	16
Gedragsveranderingen door deelname aan vechtsport (deel 1), Arien Bosch	21
De fysiologische wedstrijdbelasting tijdens waterpolo, Lotte Jagtman & Michiel van der Heijden	25
Nieuwe praktisch relevante inzichten in techniektraining (deel 5), Peter Beek	30
Meten en trainen van spronghoogte in sport en revalidatie . Doelgericht meten van spronghoogte (deel 3), Martin Moons	36
De context als breekpunt in de sportprestatie, Patrick van der Molen & Matthijs Kruk	42
Sport in 2028. Sport , Wetenschap en Technologie 2011, Germen van Heuveln	47

Foto cover: Germen van Heuveln