

HOOFDREDACTEUR

drs. Hanno van der Loo

REDACTIE

drs. Jorrit Rehorst
drs. Germen van Heuveln

EINDREDACTIE

drs. Hanno van der Loo

VASTE MEDEWERKERS

dr. Jacques van Rossum, dr. Martin Truijens,
Bas Van Hooren MSc, drs. Erik Hein

ADRES

Sportgericht
Julianastraat 73
2771 EB Boskoop
Telefoon 0172-230681
E-mail sportgericht@xs4all.nl
www.sport-gericht.nl

TWITTER

@SportGericht

DRUK

Zalsman B.V., Zwolle

LAY-OUT

Asterisk*, Amsterdam

© 2017 Uitgeverij Sportgericht

ISSN 1571-8654

ABONNEMENTSPRIJS

€59,- (Nederland) voor 6 nummers, incl. BTW
en verzendkosten. België €69,-.
Voor studenten €47,- indien een kopie
collegekaart wordt meegestuurd.
Belgische studenten €57,-.
Europa €69,-, daarbuiten €89,-.

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

Riemen

'Je moet roeien met de riemen die je hebt.' Hoewel de Engelsen een vergelijkbaar gezegde schijnen te kennen, klinkt het me zeer Nederlands in de oren. Nuchter, realistisch, het pragmatische poldermodel in een repeterende beweging. Vaak tegen de stroom in, dat dan weer wel.

Tot hoever – het wordt nu wat concreter – kun je eigenlijk gaan met dat roeien? Of breder: met dat sporten? Hoe kun je voorkomen dat je qua pijn en vermoeidheid over de grens gaat? Dat is een vraag die een aantal artikelen in dit nummer met elkaar verbindt en die eigenlijk, in allerlei gedaanten, steeds als één van de rode draden door *Sportgericht* heen loopt. Wij proberen u daarbij steeds riemen te geven waar u, als Specialist in Beweging, echt iets aan heeft. Zodat u op koers blijft en niet afdrijft. Soms, heel soms, blijkt een sporter te kunnen 'roeien' met één arm. Het is niet ideaal, met twee armen is het echt veel gemakkelijker, maar hij heeft geen keus en hij doet het ermee. Als omstander sta je erbij, kijk je er naar en ken je plotseling nog maar vier woorden: Hoe? Deed? Hij? Dat? Bart Deurloo kan erover meepraten. Het goud werd door Epke het zwijgen opgelegd, zijn zilver sprak boekdelen. Ik kon het niet nalaten (zie pagina 33) een kleine ode aan dit onvergetelijke sportmoment in elkaar te apenkooien.

Genoeg gedobberd. Zullen we weer lekker gaan roeien? Veel leesplezier!

Hanno van der Loo

Hoofdredacteur *Sportgericht*

Jac Orië: trainer, wetenschapper, vernieuwer. Deel 3: 'Elke sporter heeft een eindige trainingscapaciteit' , Dick Leseman & Hanno van der Loo	2
Houdingsregulerend roeipak. Een manier om rugklachten te voorkomen? , Kirsten Wielaard & Mathijs Hofmijster	6
De SmRT. Submaximale roeitest om vermoeidheid en herstel te meten , Marco Lassche & Ruby Otter	12
VolleyVeilig. Ontwikkeling en uitvoerbaarheid van een interventie ter preventie van volleybalblessures , Vincent Gouttebarga, Marije van Sluis, Evert Verhagen, Victor Zuidema & Hans Zwerver	16
Visies op vermoeidheid. Deel I: Waarom houdt dat verzuren maar niet op? , Wim Burgerhout	20
En Dansk adventure , Martin Truijens	23
Sport en technologie. Zijn we meester of slaaf? , Erik Hein	26
Apenkooien	32
Motor control bij een pijnlijke schouder. Deel 2: Motor control (re)training , Dennis de Kreij, Freek Thiers & Nicole Gras	34
Motiverend coachen in de sport (boekbespreking) , Annelies Brocken & Anco Bulk	40
Sportapps. Hoe in te zetten ter ondersteuning van professionals? , Mark Janssen, Sara Laurijssens, Tumaini Taylor, Joan Dallinga, Marije Baart & Steven Vos	42
Internationaal wijdverbreid, vrijwel niet gedetecteerd. Topsporters rapporteren anoniem over dopinggebruik , Herman IJzerman	46

Foto cover: Team LottoNL-Jumbo

Het volgende nummer van *Sportgericht* (6/2017) verschijnt op 21 december 2017