



WITH



**BNP PARIBAS**  
**FORTIS**

# AANVRAAGDOSSIER

## Seizoen 2023/2024

*Jongeren geboren tussen 2006 en 2015*

*Foto*

*Verplicht*

**“Het opzetten van een dergelijk project, de noodzakelijke investering van spelers en ouders, betreft jongeren met de ambitie om op een hoog niveau zowel nationaal en internationaal competitief te zijn zonder dat de studies worden opgeofferd.”**

## Presentatie

Wil men vandaag de dag een selecte groep vormen, is het zeer belangrijk om vanaf zeer jonge leeftijd aandacht te schenken aan alle te ontwikkelen facetten of middelen.

Daarom zijn wij ervan overtuigd dat, om dit te bereiken, het essentieel is om de motivaties, de vaardigheden en de verschillende middelen van de clubs, federaties, coaches, ouders en natuurlijk de Stichting hoop en Spirit te delen of samen te brengen.

Zoals we het in toekomstige vergaderingen zullen uitleggen, willen we ambitieuze, aangepaste projecten zien ontstaan en gecreëerd worden, die volledig rekening houden met de persoonlijke ontwikkeling en evenwicht van het kind.

Met dit in gedachten, hebben we dit sportproject ontworpen dat u zal helpen om de balans van het sportseizoen 2022-2023 te maken en te bouwen naar volgend seizoen toe.

Dit dossier zal ons toelaten elk ingediend project te evalueren en de verschillende soorten ondersteuning (financieel of technisch) te bepalen die zullen worden toegekend aan de spelers of speelsters die een aanvraag indienden.

Het staat iedereen vrij om een project dossier in te dienen. Het dient wel individueel te gebeuren en dient goedgekeurd te worden door de respectievelijke coaches en ouders. Elk project zal worden bestudeerd en geëvalueerd worden op basis van duidelijk vastgestelde criteria.

### **ZONDER DIT INGEVULD EN VOLLEDIG DOSSIER ZAL ER GEEN STEUN WORDEN VERLEEND DOOR DE STICHTING**

Het dossier kan gedownload worden op de website van de stichting en bestaat uit de volgende 7 onderdelen:

- ❖ Een gegevensfiche
- ❖ Een beoordelingsfiche betreffende het seizoen 2022/2023
- ❖ Een fiche met de resultaten
- ❖ Een fiche met het project 2023/2024
- ❖ Een fiche met de selectie criteria
- ❖ Een fiche met tips
- ❖ Een opleidingsplan

### **De dossiers dienen ingediend worden uiterlijk op 30 september 2023**

Vanaf deze datum zullen we elk project bestuderen in overeenstemming met de selectiecriteria. Een antwoord zal gegeven worden aan de ouders in de tweede twee weken van oktober 2023.

Sportieve groeten vanwege het bestuur van de stichting.

**Xavier LE GALL**

*Directeur Sportif*



## Gegevens

Club : .....

### Speelster/speler

Naam: ..... Voornaam: .....

Geboortedatum: ..... Aansluitingsnummer: .....

Klassement 2023 : ..... Doel klassement 2024 : .....

Adres: .....

.....

G.S.M. : .....

E-mail : .....

### Ouders :

Naam : ..... Voornaam : .....

Tel (thuis) : ..... Tel (mobiel) : .....

E-mail : .....

### Coach(s)

Naam : ..... Voornaam : .....

Adres: .....

.....

G.S.M. : .....

E-mail : .....

## Evaluatie van het sportseizoen 2023

Om nieuwe doelstellingen op het gebied van klassement, trainingsvolume of speelniveau vast te stellen en de middelen te definiëren die nodig zijn voor een significante evolutie, is het noodzakelijk om een objectieve beoordeling te maken van de verschillende onderdelen van het seizoen 2023.

### Wekelijkse trainingsplanning

	8-9	9-10	10-11	11-12	12-13	13-14	14-15	15-16	16-17	17-18	18-19	19-20	20-21	21-22
<b>Ma</b>														
<b>Di</b>														
<b>Wo</b>														
<b>Do</b>														
<b>Vr</b>														
<b>Za</b>														
<b>Zo</b>														

*Verduidelijk : individueel (IND), groeps (GRO), begeleide trainingsmatch (MBEG), sparring (SPA), fysieke training (FT)*

### De verschillende trainers

- ❖ Groepstennis: .....
- ❖ Individueel Tennis: .....
- ❖ Fysieke training: .....

### Type en volume van de trainingen

	Dynamische groepstraining	Duo training	Privé	Fysieke training in groep	Fysiek training privé
<b>Aantal trainingen per jaar</b>					
<b>Duur van de training</b>					

- ❖ Aantal deelgenomen stages en de duur van deze stages (vakantieperiodes) :  
.....





## Fiche Project 2024

### Korte termijn objectieven van de speler (binnen de 2 jaar)

- ❖ Beoogde klassemanten (nationaal en internationaal) voor het seizoen 2023/2024 :

.....

- ❖ Beoogde klassemanten voor het seizoen 2023/2024 : .....

- ❖ Belangrijkste objectieven op gebied van resultaten :

.....  
 .....  
 .....

### Objectieven van de speler op middellange termijn (tennis project)

(indicatief)

.....  
 .....  
 .....  
 .....

### Implementatie van het project

Om deze doelstellingen te bereiken is het belangrijk om passende middelen te identificeren en in te voeren. Wij stellen u daarom voor om het wekelijkse en jaarlijkse trainingsprogramma van de volgende opleidingsvormen samen te stellen:

#### 1. Op het gebied van tennis training:

- ❖ Groepslessen (van 2 tot 8 spelers op minimum 2 terreinen)
- ❖ Groepslessen met 2 spelers
- ❖ Individueel
- ❖ Sparring

#### 2. Betreffende fysieke training

- ❖ Groepstraining (meer dan 3 spelers)
- ❖ Gepersonaliseerde groepstraining (van 1 tot 3 spelers)

**SPORTIEF PROJECT**

- ❖ Training sessie op je eigen (niet begeleid):

Wij stellen u deze samenvattende tabel voor. Hiermee kunnen we de samenhang en de sterkte van dit project meten.

	Aantal trainingen	Duur	Aantal weken
<b>Groep (tennis)</b>			
<b>Groep met 2 (tennis)</b>			
<b>Individuele training (tennis)</b>			
<b>Fysiek (+ de 3)</b>			
<b>Fysiek geïndividualiseerd (1 à 3)</b>			

### 3. Tornooibegeleiding

- ❖ Het aantal matches te volgen door de coach (uitgezonderd interclub): .....

### 4. Financiering van de individuele trainingen :

- ❖ Aantal voorziene individuele trainingen per jaar : .....
- ❖ Aantal voorziene individuele trainingen gefinancierd door de ouders .....

### 5. Goedkeuring van het project (handtekeningen)

Spelster/Speler

De ouders

De coach

## Selectie criteria

Om wat we verwachten goed te kunnen begrijpen, hebben we verschillende criteria vastgesteld waarmee we de verschillende projecten kunnen evalueren. Deze criteria stellen ons in staat om een objectieve selectie te maken van de jongeren die volgend seizoen een beurs zullen krijgen. Wij zijn ervan overtuigd dat het hanteren en respecteren van deze criteria een garantie is voor succes in de toekomst.

- ❖ Het spelniveau en ervaring van de speler
- ❖ Een duidelijke technische voortuitgang.
- ❖ De resultaten in het voorbije jaar
- ❖ Het vermogen om snel te evolueren en snel te trainingen aan te leren (respecteren en verstaan van de trainingseisen)
- ❖ Een coherent tennisproject
- ❖ **Een coherent schoolproject**
- ❖ Het vermogen om het trainingswerk om te zetten of toe te passen in competitie
- ❖ Coherentie, overleg en eerbiediging van de planning
- ❖ Het vermogen om deel te nemen en te kunnen functioneren binnen een groep met meerdere coaches
- ❖ **De mentaliteit van de speler en van de ouders**
- ❖ Regelmatige contacten
- ❖ Een vertrouwen in de structuur en de trainers

**Zoals u kan lezen, het spelniveau, het spelplezier, de mentaliteit en de sportieve waarden zullen van prioritair belang zijn bij het maken van de selectie.**



## Tips voor de spelers en de ouders

Om u het beste te begeleiden bij de opmaak van het sportieve project voor uw kind, leek het ons noodzakelijk om u een paar essentiële elementen te presenteren die kunnen leiden naar het succes van het project.

- ❖ Het creëren van een individuele benadering is verplicht rekening houdende met de tijd , de noden en de belangrijkste ontwikkelingsnoden:
  - ✓ 1 wekelijkse training voor 8 tot 10 jarigen
  - ✓ 2 wekelijkse trainingen voor 11 tot 14 jarigen
- ❖ Vanaf 9 jaar dient de duur van de groepslessen tussen de 1h15 et 1h45 te zijn.
- ❖ Vanaf 10 jaar dient de duur van de individuele trainingen tussen 1h en 1h30 te zijn
- ❖ 1 pedagogische verantwoordelijke per club
- ❖ De trainer, verantwoordelijk voor het programma, dient minimum een toernooibegeleiding van tussen de 10 en de 20 matches per jaar te voorzien
- ❖ **De fysieke training is verplicht en bepalend voor de ontwikkeling van de jongeren.**

**De financiële participatie van de ouders is essentieel om de uitvoering van een ambitieus project mogelijk te maken!**

**Noch de club, noch de Stichting kan deze participatie vervangen.**

## Opleidingsplan

Dit opleidingsplan is een gids.

Het is allesomvattend, **ambitieu**s en heeft tot doel rekening te houden met alle vormen van opleiding die terug te vinden dienen te worden in het trainingsprogramma. Het is gericht op **competitieve** jongeren die **voortgang** willen boeken **in de hiërarchie** van hun leeftijdsgroep op **regionaal, interregionaal en nationaal niveau** vlak.

We dragen het **respecteren van de ontwikkeling van het kind** door het verstrekken van zowel **kwantitatieve** (trainingsvolume) en **kwalitatieve** gegevens (trainingsmethode) hoog in het vaandel. Dit plan voldoet aan de vereisten van de discipline met zijn progressief karakter.

### OPGELET !

Het is belangrijk op te merken dat op een sportief seizoen (52 weken), de typische week (wekelijks trainingsprogramma) maar ongeveer twintig weken een feit zal zijn. Het zal de verantwoordelijkheid van de coach en het gezond verstand van de ouders zijn om het kind op te volgen en de trainingslast aan te passen rekening houdende met zijn fysieke en mentale paraatheid en met zijn verlangens.

Tot slot herinneren we u er graag aan dat deze gids kan en moet worden aangepast aan de hand van het niveau, de doelstellingen, de kenmerken, de individuele ervaring en de motivatie van de jonge speler.

## Opleidingsplan 2023-2024

Leeftijd	Jaar	Groep (+ 3 spelers)	Individueel	Groep 2 spelers	Fysiek Groep (+ 3 spelers)	Fysiek Individueel (1 à 3 spelers)	Fysiek autonoom	sparring	Aantal matches	Tornooi begeleiding
7 jaar	2016	☺☺	☺	☺	☺			☺	15 à 30	1/trimester
8 jaar	2015	☺☺	☺	☺	☺			☺	15 à 30	1/trimester
9 jaar	2014	☺☺	☺☺	☺	☺			☺	15 à 30	3/trimester
10 jaar	2013	☺☺	☺☺	☺	☺☺			☺	20 à 40	3/trimester
11 jaar	2012	☺☺	☺☺	☺	☺☺			☺	20 à 40	3/trimester
12 jaar	2011	☺☺	☺☺	☺	☺☺	☺		☺	40 à 60	3/trimester
13 jaar	2010	☺☺	☺	☺☺	☺☺	☺	☺	☺	40 à 60	3/trimester
14 jaar	2009	☺☺	☺	☺☺	☺☺	☺☺	☺	☺	50 à 70	3/trimester
15 jaar	2008	☺☺	☺	☺☺	☺	☺☺	☺☺	☺	50 à 70	3/trimester
16 jaar	2007	☺☺	☺	☺☺	☺	☺☺	☺☺	☺	60 à 80	3/trimester
17 jaar	2006	☺☺	☺	☺☺	☺	☺☺	☺☺	☺	60 à 80	3/trimester
18 jaar	2005	☺☺	☺	☺☺	☺☺	☺☺	☺☺☺	☺	60 à 100	3/trimester

Opmerkingen om bovenstaande tabel te interpreteren en te begrijpen :

- ❖ 1 'smiley' staat voor 1 training



2023/2024

SPORTIEF PROJECT

