

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

© 2012 Uitgeverij Sportgericht vof

ISSN 1571-8654

ABONNEMENTSPRIJS
€54,- (Nederland) voor 6 nummers, incl. BTW
en verzendkosten. België €60,-.
Voor studenten €42,- indien een kopie
collegekaart wordt meegestuurd.
Belgische studenten €48,-.
Europa €64,50, daarbuiten €71,-.

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.

Jij en de sporter, de sporter en jij

Bij het begeleiden en trainen van sporters en bij het geven van bewegingslessen zijn er vele factoren van invloed op het 'leerproces', op het 'beter worden'. Dit nummer van *Sportgericht* bevat een flink aantal goede artikelen die hier vanuit verschillende invalshoeken kennis over verschaffen. Peter Beek zet bijvoorbeeld zijn populaire serie over de 'wetenschap van het motorisch leren' voort met een artikel over het 'afleren' van een onjuiste techniek met de 'Old Way New Way' methode. Martin Truijens geeft richtlijnen voor de opzet van een begeleidingsteam rond de sporter. Tynke Toering schrijft juist over de 'leereigenschappen' van die sporter zelf: zelfregulatie. En 'erfdrager' en oud-bondscoach badminton Martijn van Dooremalen deelt met ons zijn visie en zijn ruim 25-jarige ervaring in het werken met topsporters. En dat is nog lang niet alles, want daarnaast vindt u in dit nummer van *Sportgericht* nog 8 prima en zeer diverse artikelen. Veel leesplezier gewenst!

Gerard van der Poel
Hoofdredacteur *Sportgericht*

Nieuwe, praktisch relevante inzichten in techniektraining. Snelle techniekcorrectie met Old Way New Way (deel 6), Peter Beek	2
Niet alleen brandstof en bouwstof. De 'andere' effecten van koolhydraten en eiwitten, Armand Bettonviel	6
'On a mission with a vision'. Van wetenschappelijke theorie naar een praktische trainingsvisie (deel 4), Martin Truijens	10
Pacing: what's new? Bjorn de Laat & Floor Hettinga	13
Zelfregulatie: sleutel tot succes, Tynke Toering	18
Beachgoud in London! Het belang van de juiste verdeling van visuele aandacht, Casper de Boer, Ilse Boinig & Geert Savelsbergh	22
Meten en trainen van spronghoogte in sport en revalidatie (deel 5), Martin Moons	25
Hartslagregistratie tijdens partijvormen in het voetbal, Toine van de Goolberg	30
Wandelaars op de voet gevolgd. Afwikkeling en belasting van de voeten tijdens de Nijmeegse Vierdaagse, Niki Stolwijk	34
Erfdragers: Martijn van Dooremalen, Wigert Thunnissen	38
Het niets verhullende lichaam, Nienke Loois	42
Uit de sportpsychologische praktijk. Mijn ouders en ik doen aan topsport! Daniëlle Driesen	46

Foto cover: Germen van Heuveln