

HOOFDREDACTEUR

drs. Gerard van der Poel

REDACTIE

drs. Hanno van der Loo
drs. Jorrit Rehorst
Wigert Thunnissen

EINDREDACTIE

drs. Hanno van der Loo

VASTE MEDEWERKERS

dr. Jacques van Rossum

ADRES

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

DRUK

Zalsman Zwolle B.V.,
Zwolle

LAY-OUT

Asterisk*, Amsterdam

© 2011 Uitgeverij Sportgericht vof

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 ARTIKELN

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.

Ontwikkeling en veroudering

Bijna elk jaar maken we als redactie van *Sportgericht* een nummer dat geheel gewijd is aan één onderwerp. Omdat we bezig zijn met de 65e jaargang van dit bijzondere blad vonden we het wel passend om deze keer speciale aandacht te besteden aan fenomenen als ontwikkeling en veroudering. Vandaar dit 'Themanummer leeftijd'. Met artikelen over uiteenlopende onderwerpen als de 'invloed van de geboortemaand' tot 'spierstamcellen bij ouderdom'. Over de ontwikkeling van jonge sporters, de mogelijkheden en veranderingen bij 'oudere' topsporters en natuurlijk ook over sportende ouderen. Veroudering en ontwikkeling lijken misschien tegenstrijdige termen, maar *Sportgericht* laat op 65-jarige leeftijd zien dat de kennis op ons vakgebied zich nog steeds sterk ontwikkelt. Met dank aan de auteurs en anderen die meewerkten aan de totstandkoming van dit themanummer. Veel leesplezier met de 10 interessante, zeer diverse artikelen.

Gerard van der Poel
Hoofdredacteur *Sportgericht*

Blessures en leeftijd , Jasper Stege, Wim Schoots, Ingrid Vriend & Janine Stubbe	2
Krachtraining bij ouderen. Spierstamcellen aan het werk , Lex Verdijk	6
De oudere topsporter , Henk Kraaijenhof	11
De relatieve leeftijd. Een fenomeen dat vraagtekens oproept , Jacques van Rossum	15
Prettig en gezond ouder worden met goede voeding , Remco Verkaik	21
Talentcoaching in Nederland , Wigert Thunnissen	25
Fysieke activiteit en cognitie , Maaïke Angevaeren	30
Topsport op oudere leeftijd , Wigert Thunnissen	34
Long Term Athlete Development en Physical Competency Assessment , Terry Peters	40
Stoppen met topsport. Uit de praktijk van de sportpsycholoog (deel 1) , Sandra van Essen	46

Foto cover: Gerard van der Poel