

HOOFDREDACTEUR
drs. Hanno van der Loo

REDACTIE
drs. Gerard van der Poel
drs. Jorrit Rehorst
drs. Germen van Heuveln
dr. Martin Truijens

EINDREDACTIE
drs. Hanno van der Loo

VASTE MEDEWERKERS
dr. Jacques van Rossum

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

© 2014 Uitgeverij Sportgericht

ISSN 1571-8654

ABONNEMENTSPRIJS
€56,- (Nederland) voor 6 nummers, incl. BTW
en verzendkosten. België €66,-.
Voor studenten €44,- indien een kopie
collegekaart wordt meegestuurd.
Belgische studenten €54,-.
Europa €66,-, daarbuiten €87,-.

OVERNAME ARTIKELLEN
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

Rek

Ik typ dit stukje op maandag 13 oktober. Epke is gisteren voor de tweede keer wereldkampioen geworden, met misschien wel zijn beste oefening ooit. Hij heeft het rekstokturnen naar een nieuw niveau getild. Zijn unieke aanpassingsvermogen stelt hem in staat zijn 'routine' steeds aan te passen aan wat de situatie vraagt. En er zit nog rek in. Als de concurrentie hem ertoe dwingt kan er nog een tandje bij. Of twee. Wat een heerlijk vooruitzicht voor de komende jaren!

Aanpassingsvermogen, de sport staat er bol van. Behendig bewegen vraagt een continue afstemming op wat er in je omgeving gebeurt. Steeds je ogen en oren open houden om in te kunnen spelen op de veranderende situatie. 'Agility' is een begrip dat daar iets mee te maken heeft. Maar wat precies? Kun je het meten? Hoe zou je het kunnen trainen? Daarover schreven Bart Lalieu en Jeroen Rietvelt een prima artikel, dat ik hierbij graag het predicaat 'typisch *Sportgericht*' toeken: geen analyse als doel op zich, maar vanuit de ambitie de training van sporters naar een nieuw niveau te tillen.

Hoeveel rek zit er nog in *Sportgericht*? Dat heb ik mij de afgelopen maanden regelmatig afgevraagd. En mijn conclusie is: nog volop! Niet alleen qua inhoud, maar zeker ook qua impact. Te veel trainers en coaches blijken bijvoorbeeld nog niet te weten wat *Sportgericht* allemaal te bieden heeft. We zijn druk bezig daar verandering in te brengen. Zo zijn we sinds kort nadrukkelijker aanwezig op Twitter (@SportGericht), de aloude tamtam in een nieuw jasje. Ook knoopten we samenwerking aan met diverse partijen (zoals NLCoach en de NSTV) die ons kunnen helpen ons mooie blad onder de aandacht te brengen. Maar de klassieke mond-tot-mondreclame blijft natuurlijk ook van onschatbare waarde. Kan ik op u rekenen?

Hanno van der Loo
Hoofdredacteur *Sportgericht*

Charles van Commenée: 'De Vulkaan' spreekt (deel 4 – slot), Hanno van der Loo & Pieter van Vliet	2
Wie is de leider? Over aanvoerders en andere steunpilaren in sportteams, Lieke Schiphof-Godart	6
Agility. Effectiever trainen en revalideren door eenduidige definities, Bart Lalieu & Jeroen Rietvelt	10
Weer sporten na een inversietrauma? Side Hop Test en Agility T-test ondersteunen return to play beslissing, Ellen van den Brink & Irene Faber	15
Mentale weerbaarheid en presteren onder druk, Erik Hein	18
Website, Hanno van der Loo	25
Trainingsmonitoring in het voetbal, Michel Brink & Wouter Frencken	26
Lichamelijke Opvoeding en het stimuleren van fysieke activiteit, Menno Slingerland	30
Krachtplatforms en linear position transducers. Hoe werken ze?, Bas van Hooren	34
'Voetbalsport kan zich verder ontwikkelen'. 4th Seattle Sounders FC Sport Science Conference, Pim Koolwijk	39
Talentontwikkeling binnen de Nederlandse zwemsport, Titus Mennen & Paul Weijers	42
Sportinnovatiecongres vernieuwt, Hanno van der Loo	47

Foto cover: Germen van Heuveln