

HOOFD- EN EINDREDACTIE

drs. Hanno van der Loo

REDACTIE

drs. Jorrit Rehorst,
drs. Germen van Heuveln

VASTE MEDEWERKERS

Bas Van Hooren MSc, drs. Erik Hein,
dr. Jacques van Rossum, dr. Jurgen
van Teeffelen

ADRES

Sportgericht
Julianastraat 73
2771 EB Boskoop
Telefoon 0172-230681
sportgericht@xs4all.nl
https://sport-gericht.nl

SOCIALE MEDIA

facebook.com/Sportgericht
twitter.com/SportGericht
instagram.com/sportgericht

DRUK

Zalsman BV, Zwolle

VORMGEVING

Van Eck Tekst&Design, Boskoop

© 2021 Uitgeverij Sportgericht

ISSN 1571-8654

ABONNEMENTSPRIJZEN

€ 63,- (Nederland) voor 6 nummers,
incl. 9% BTW en verzendkosten.
Europa € 73,-, rest van de wereld € 93,-.
Studentenkorting: € 13,- per jaar, mits
bij aanmelding kopie collegekaart wordt
meegestuurd.
Leden van diverse organisaties krijgen
korting, zie onze website voor meer
informatie.

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 illustratie-
materiaal.

Horde

Toegegeven, het is een sleetse metafoor, maar de coverfoto voorop dit nummer heeft een symbolische betekenis. Kort voordat de kopij voor dit nummer bij mij binnen moest zijn, werd duidelijk dat dit bij twee geplande artikelen wegens ernstige medische omstandigheden niet zou gaan lukken. Een onverwachte hinderenis voor mij als hoofdredacteur, die uiteraard in het niet viel bij de rampspoed die de betrokken auteurs trof. Ik wens hen hierbij alle veerkracht en sterkte toe!

Maar goed, ik moest dus overschakelen op 'Plan B'. Gelukkig bracht het prachtige netwerk van *Sportgericht* auteurs uitkomst. Het ontstane gat kon op korte termijn gedicht worden, zodat ik u alsnog een volwaardig nummer kan presenteren. Mijn grote dank gaat uit naar deze flexibele *super subs*! Het is al met al weer een zeer afwisselend nummer geworden, waarin onder meer Tokyo 2020 nog een klein beetje nafonkelt met een congresverslag, een artikel over de ter plekke gebruikte koelprotocollen en een bespiegeling over het onderscheid tussen winnaars en verliezers.

Tot slot ben ik verheugd (in de rubriek Apenkooien) een nieuwe samenwerking aan te kunnen kondigen, namelijk met de Vlaamse organisatie *Gezond Sporten*. Ik hoop dat de (naams)bekendheid van *Sportgericht* in Vlaanderen erdoor zal toenemen, zodat we daar een grotere bijdrage kunnen gaan leveren aan het op peil houden van de deskundigheid van vele specialisten in beweging.

U bent reeds abonnee? Zegt het voort aan uw collega's!

Hanno van der Loo
hoofdredacteur *Sportgericht*

Talent transfer Hoog tijd om te innoveren Oscar Meertens	2
Koelprotocollen voor Tokyo 2020 Totstandkoming en praktische toepassing Sam Ballak	6
Zelfregulatie in sport en revalidatie Deel 3: Toepassing bij geblesseerde sporters Janiek van Vlijmen, Imke Soetekouw, Inge van den Akker-Scheek & Marije Elferink-Gemser	10
3x3 Basketbal Sport met enorme potentie Germen van Heuveln	14
Spiervezeltypes in de sport Deel 1: Bouw en meetmethoden Eline Lievens	18
Apenkooien	23
De kracht van motor imagery voor sportprestaties Nikki Kolman	26
9e Postolympisch Sportcongres 'What's new?' in topsport en sportgeneeskunde Linda Zoon	31
Perfectionisme in de sport Deel 1: Vloek, zegen of tweesnijdend zwaard? Lieke Schiphof	34
Zes lessen uit 'Training for Excellence' Erik Hein	40
Schouderblessures in de zwemsport Welke rol speelt de hoeveelheid borstcrawl? Saranda Hofstra & Mathijs van Ark	44

Foto cover: Maurice Aarts

Het volgende nummer van *Sportgericht* (6/2021) verschijnt op 16 december 2021.