

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

© 2022 Uitgeverij Sportgericht

ISSN 1571-8654

ABONNEMENTSPRIJZEN

€ 65,- (Nederland) voor 6 nummers,
incl. 9% BTW en verzendkosten.
Europa € 75,-, rest van de wereld € 95,-.
Studentenkorting: € 15,- 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.

Wat goed is ...

Ik heb een zwak voor laatbloeiers. Volgens mijn persoonlijke, niet wetenschappelijk onderbouwde theorie bestaan er twee soorten. De eerste soort komt er pas op latere leeftijd en vaak bij toeval achter in de wieg te zijn gelegd voor een bepaalde sport. Ik denk bijvoorbeeld aan hardloper Han Kulker, die in de jaren '80 van de vorige eeuw uitgroeide tot een internationale topper, nadat hij eerst een aantal jaren aanzienlijk meer uren in feestzalen en kroegen had doorgebracht dan op het sportveld. Pas op zijn 21e begon hij met atletiek. Momenteel spreekt beachvolleyballer Stefan Boermans (27) tot mijn verbeelding. Enkele weken geleden voerde hij met partner Yorick de Groot de wereldranglijst aan, maar tot zijn 18e was hij een anonieme voetbalrecreant. Altijd mooi als een sport en een talent elkaar op latere leeftijd nog weten te vinden!

De tweede soort laatbloeiers spreekt me nog een beetje meer aan. Deze soort leeft al een aantal jaren het leven van een topsporter, maar in de anonimiteit. Tot op een goede dag alles samenkomt en ze hun werkelijke potentie laten zien. In de Giro d'Italia ontbolsterde wielrenner Koen Bouwman als winnaar van twee etappes en het bergklassement en als klap op de vuurpijl leerde Nederland op het gras van Rosmalen opeens tennisser Tim van Rijthoven kennen. In een van de vele interviews die hij in de afgelopen weken gaf, citeerde hij Roger Federer: "There is no way around the hard work. Embrace it!" Schitterend als je na jaren hard werken in de anonimiteit dan toch eindelijk beloond wordt!

Hanno van der Loo
hoofdredacteur *Sportgericht*

Het spiergeheugen Deel 2: De epigenesetheorie Wim Burgerhout	2
Preventie van hamstringblessures Welke krachttoefening is het beste? Bas Van Hooren	6
Het brein van de jonge (team-)sporter Deel 1: Ontwikkeling van de executieve functies Silke de Waelle	10
Methodiek en didactiek van trefspelen Deel 2: Spelgerichte benadering en toepassing in het bewegingsonderwijs Erik Hein	13
Wereldwijde spelgerichte benaderingen Erik Hein	18
Systematisch meewegen van contextuele factoren bij het plannen van de fysieke belasting in teamsporten Ruben Tirez, Toon de Beukelaar, Kobe Houtmeyers & Arne Jaspers	20
Perceptie en reactie in de sport Deel 1: Het belang van neurocognitie en vermoeidheid in relatie tot blessurepreventie Jo Verschueren, Alexandre Maricot & Bruno Tassignon	24
Differentieel leren voor sprinters op basis van de constraints-led approach Toepassing in de praktijk Erwin Mortier	30
Geautomatiseerde analyse van de sprinttechniek in de atletiek Jo de Ruiter & Erik Wilmes	36

Foto cover: Orange Pictures/Joris Verwijst/BSR Agency
Het volgende nummer van *Sportgericht* (4/2022) verschijnt op 18 augustus 2022.