

**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.

# Draagvlak

‘De voeten worden plat neergezet om zo meer oppervlak te creëren en dus minder energie te verliezen aan het zand.’ Op het eerste gezicht zomaar een citaat uit dit nummer. Maar voor mij als hoofdredacteur en uitgever van *Sportgericht* een zeer toepasselijke metafoor. Want helaas gaat de huidige crisis ook aan ons niet voorbij. De kosten rijzen de pan uit en sommige abonnees zagen zich helaas gedwongen om te bezuinigen en zegden hun abonnement met tegenzin op. Meer weerstand, minder draagvlak, dus de druk neemt toe.

In de afgelopen dertig jaar heb ik mij, samen met vele anderen, onophoudelijk ingespannen om *Sportgericht* op een steeds hoger niveau te brengen. Als ik naar dit nummer kijk, met topauteurs als Peter Beek, Frans Bosch, Nicky van Melick en Bram Swinnen, dan kan ik alleen maar trots zijn op wat we met z'n allen tot stand hebben gebracht. In welk vakgebied krijg je zulke topinformatie tegen zo'n relatief lage prijs? Kostenstijgingen hebben we altijd grotendeels kunnen compenseren door een trage, maar gestage toename van het aantal abonnees. Onder de huidige omstandigheden lukt dit echter niet meer.

Toch blijf ik in deze strategie geloven. Alleen heb ik daarbij uw hulp nodig! Nieuwe abonnees geven gelukkig al steeds vaker aan dat ze door een collega zijn geattendeerd op ons blad. Dat is de beste reclame die wij ons kunnen wensen. Kent u ook een collega die u *Sportgericht* zou gunnen? Gooi dan eens een balletje op. Dan zorgen we er samen voor dat we met *Sportgericht* minimaal even hoog, of liefst nog hoger kunnen blijven springen.

Hanno van der Loo  
hoofdredacteur *Sportgericht*

<b>Motorisch leren, een update</b>	
Deel 1: Drie aanleidingen en twee generieke beschouwingen	2
<b>Peter J. Beek</b>	
<b>Preventie en revalidatie van hamstringblessures</b>	
<b>Bram Swinnen</b>	7
<b>Wat weet de wetenschap over beachvolleybal?</b>	
Een overzicht van technische en fysieke aspecten	14
<b>Kirsten Bröring</b>	
<b>Patellofemorale pijn bij de adolescente sporter</b>	
Deel 2: Bestaat er een one-size-fits-all behandeling?	20
<b>Nicky van Melick</b>	
<b>De constraints-led approach kritisch beschouwd</b>	
Deel 2: Vuistregels voor praktische toepassingen	24
<b>Frans Bosch</b>	
<b>Focus is trainbaar</b>	
Help je sporters om vaker met volle aandacht bezig te zijn	29
<b>Pepijn Lochtenberg &amp; Martijn Ruitenburt</b>	
<b>Redenen voor een mismatch in trainingsbelasting tussen coaches en sporters</b>	
<b>Marinke Kerkhoff, Inge Stoter &amp; Ruby Otter</b>	34
<b>4e World Congress of Sports Physical Therapy</b>	
Translating science into action	38
<b>Jo Verschueren, Alexandre Maricot &amp; Bruno Tassignon</b>	
<b>Wolfgang Schöllhorn: 'Ik wil niet onderwijzen, maar inspireren'</b>	
Masters of Movement verdiepen zich in differentieel leren	42
<b>Hanno van der Loo</b>	
<b>Man-vrouw verschillen in sportprestaties</b>	
<b>Jurgen van Teeffelen</b>	44

Foto cover: Rob Pael  
Het volgende nummer van *Sportgericht* (6/2022) verschijnt op 22 december 2022.