

**HOOFD- EN EINDREDACTIE**

drs. Hanno van der Loo

**REDACTIE**

drs. Jorrit Rehorst  
drs. Germen van Heuveln  
Amber Hulleman MSc  
dr. Jurgen van Teeffelen

**VASTE MEDEWERKERS**

drs. Erik Hein,  
dr. Jacques van Rossum †

**ADRES**

*Sportgericht*  
Julianastraat 73  
2771 EB Boskoop  
Telefoon +31 (0)172 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

© 2025 Uitgeverij Sportgericht

ISSN 1571-8654

**ABONNEMENTSPRIJZEN**

€ 72,- (Nederland) voor 6 nummers, incl. 9% BTW en verzendkosten.  
Europa € 82,-, rest van de wereld € 102,-.  
Studentenkorting: € 22,- 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 illustratiemateriaal.

# Vergentie

In het openingsartikel van dit nummer (dat er - doordenkertje - in zichzelf een voorbeeld van is) kwam ik het woord tegen: divergentie. Het deed me denken aan de natuurkundelessen op de middelbare school. Met behulp van een prisma liet de leraar ons zien dat een alleedaagse lichtstraal een rijk geschakeerd kleurenpalet in zich herbergt.

Uiteenlopen, want dat is de betekenis van divergentie, brengt schoonheid met zich mee. Toegepast op de sport betogen meerdere artikelen in dit nummer dat interindividuele verschillen, diversiteit en variabiliteit niet alleen een feit, maar zelfs een kracht zijn. De tegenpool, convergentie, is echter van even groot belang. Als alle lijnen samenkomen, kunnen er wonderen gebeuren. Dat is de kick van een uitgebalanceerd trainingsprogramma, of van onvoorwaardelijk teamwork. Om deze krachtige bipolaire samenhang tussen convergentie en divergentie recht te doen, ben ik met de titel van dit stukje precies in het midden gebleven.

Over samenkomen gesproken: toen ik tijdens de eindredactie en productie van dit nummer te maken kreeg met een samenloop van persoonlijke omstandigheden, leek de deadline allengs een onneembare horde te worden. Maar gelukkig bleek ik te kunnen terugvallen op soepel meebewegende auteurs, fotograaf, vormgever en drukker. Dank daarvoor! Zo konden wij u, lezer, toch op tijd bedienen en werd het uiteindelijk een heel mooi nummer, dat voor mij voelt als een winnend doelpunt diep in blessuretijd.

Hanno van der Loo  
hoofdredacteur *Sportgericht*

*P.S. Nog even nalezend realiseer ik me, dat mijn laatste zin ernstiger kan worden opgevat dan hij bedoeld is. Geen zorgen, ik ga met frisse moed op weg naar het volgende nummer.*

<b>Met 'plusminus' door je sportieve leven</b> Bipolaire kwetsbaarheid in de topsport <b>Joost Pluijms &amp; Ellen Maas</b>	2
<b>AI toepassingen in het volleybal</b> <b>Rick van Baar &amp; Stephan van der Zwaard</b>	8
<b>Vorstekruisbandletsel bij jonge sporters</b> Deel 1: Van trauma tot operatie <b>Stijn Geraets, Martijn Dietvorst &amp; Nicky van Melick</b>	14
<b>De open hand als verankering van de groeimindset</b> <b>Bart Heuvingh</b>	18
<b>De GPS-revolutie in het voetbal</b> Optimaliseren en presteren door vernieuwende data-analyse <b>Sander Kerkhof</b>	22
<b>De ActionTypes-benadering</b> Deel 2: Onderbouwing en toepassingen <b>Erwin Mortier</b>	26
<b>Altijd en overal: Jongleren!</b> De perfecte actieve leerschool? <b>Geert Savelsbergh &amp; Niels Duinker</b>	32
<b>Voetbalmedisch symposium 'Winnen in blessuretijd'</b> <b>Daan den Braber</b>	37
<b>De eeuwige discussie over core stability</b> <b>Jacob Wijnstra</b>	40
<b>Choken doe je zelf!</b> Hoe kan Rationeel Emotieve Training (RET) hiertegen helpen? <b>Wouter Backx &amp; Olivier Lingbeek</b>	44

Foto cover: Rob Pauel  
Het volgende nummer van *Sportgericht* (3/2025) verschijnt op 19 juni 2025.