

De Trainer Coach

verenigingsblad van de VVON

Jaargang 20 - nr. 2 - mei 2011



**Bert Jan Heins,
trainer/coach PH Almelo**

9e Nederlands Trainerscongres

Last van een voorste kruisbandblessure?



Laat u niet onnodig
op een wachtlijst zetten!

Wist u dat uw verzekering
uw behandeling volledig vergoedt?

Voor een behandeling aan uw schouder, knie of enkel bent u in Medinova Kliniek Zestienhoven aan het juiste adres!

- Geen wachtlijsten
- Uw verzekering vergoedt uw behandeling
- Snel weer op de been door minimaal invasieve manier van opereren
- Orthopedisch specialisten met uitgebreide ervaring op het gebied van sportblessures (o.a. voorste kruisband-, achterste kruisband-, meniscus-, enkel- en schouderblessures)
- Goede nazorg

Neem vandaag nog contact met ons op voor een afspraak.
Onze zorg is er ook voor u!

Kliniek Zestienhoven
Vliegveldweg 65
3043 NT Rotterdam
t: 010 - 298 98 98
zestienhoven@medinova.com



MEDINOVA
KLINIEK
ZESTIENHOVEN

Van de voorzitter

In het vorige nummer heb ik aangegeven dat het 9e Nederlandse Trainercongres zou plaatsvinden op 3 juni. Door omstandigheden heeft de organisatie deze datum echter moeten wijzigen. Het congres vindt nu plaats op zaterdag 28 mei in het stadion van Willem II te Tilburg. Via www.trainerscongres.nl kunt u zich aanmelden voor dit unieke evenement.

Op het moment dat ik dit schrijf zijn ook de 6 genomineerden bekend voor de titel "Trainer-coach Amateurvoetbal van het jaar". Via de districten hebben de VVON-leden (middels email) hun stem kunnen uitbrengen op 3 collega's die in elk VVON district waren genomineerd. Hoewel de animo om te stemmen nog wat tegenviel, ben ik van mening dat we hiermee door moeten gaan. Op zaterdag 28 mei zullen we uiteindelijk weten wie de Rinus Michels Award in ontvangst mag nemen.

Nadat ik in het vorige nummer reeds met trots sprak over ons vernieuwde magazine, kan ik u melden dat wij als Hoofdbestuur op dit moment bijzonder hard werken aan de nieuwe website. Begin mei verwachten wij duidelijkheid te hebben over wie onze partner gaat worden in dit project. Het is de bedoeling om een website aan te bieden welke past bij de ambitie en professionaliteit van de VVON. Maar wellicht nog belangrijker is het streven om te zorgen voor een modern en veelzijdig communicatieplatform voor onze leden. Eind dit jaar hopen wij de eerste resultaten te kunnen presenteren.

In de afgelopen weken en maanden zijn door onze bestuurders in de districten wederom diverse studiebijeenkomsten georganiseerd. Het aantal deelnemers per bijeenkomst is over het algemeen zeer goed te noemen. Ik wil onze districtbesturen dan ook bedanken voor hun inzet.

Intern de VVON hebben we onlangs gesproken over de inhoud van deze bijeenkomsten. Het algemene gevoel is dat we willen proberen meer inhoud te geven aan deze bijscholingen. Meer interactie in bijeenkomsten, met wellicht wat minder deelnemers of het werken in kleinere groepen. Ook is het idee genoemd om bijeenkomsten per licentieniveau aan te bieden. De komende tijd zullen we trachten de ideeën wat verder uit te werken en wellicht in het nieuwe seizoen te komen met enkele bijscholingen waarin de opzet wat anders zal zijn.

De competitie is inmiddels in de beslissende fase beland. De spanning zal, ook aan de zijde van de Trainer-coach, weer hoog oplopen. Emotie hoort bij voetbal en mag ook zeker getoond worden, maar doe het wel met respect voor tegenstander en scheidsrechter. Ik wens u allen een mooi slot van de competitie toe en hoop velen van u te mogen begroeten op zaterdag 28 mei in Tilburg.

Arnold Westen



■ INHOUD

- | | | | |
|----|--|----|--|
| 04 | De amateurtrainer: Bert-Jan Heins, trainer/coach PH Almelo | 22 | 9e Nederlands Trainerscongres: Beleef het mee |
| 10 | Technisch jeugdcoördinator: Ilona Stouthamer, Zeelandia Middelburg | 23 | Contactgegevens VVON |
| 16 | VVON Studiedag: Een kijkje in de Nijmeegse voetbalkeuken van NEC | 24 | Juridisch: Verbreken van arbeidsovereenkomsten |
| | | 26 | Column: Hans Bijvank |

Bert-Jan Heins, trainer/coach PH Almelo



"Een trainer is
zo goed als zijn



groep"

Binnenkomen bij een nieuwe club en twee keer achter elkaar kampioen worden, van de derde naar de eerste klasse. Rotterdammer Bert-Jan Heins (52) deed het met het Almelose PH. Dit jaar draait zijn ploeg ook weer prima mee in de eerste klasse. Aan de hand van enkele momenten uit de afgelopen drie jaar probeert De TrainerCoach de werkwijze en visie van Heins te doorgronden.

Tekst: Lars van Soest

Foto's: Maaïke Denkers

In 2008 begon Bert-Jan Heins aan zijn avontuur bij PH in Almelo. Het was niet zijn eerste klus in Twente. De geboren Rotterdammer was toen hij zelf nog voetbalde al in Twente beland. Op zijn zeventiende was hij met zijn ouders naar Hengelo verhuisd. Daar ging hij voetballen bij de lokale trots, Achilles '12. Jarenlang etaleerde hij zijn kunsten in het eerste elftal. Zelfs op zijn 37e pakte Heins als aanvallende middenvelder nog geregeld zijn minuutjes mee.

Promoveren

Omdat hij tijdens zijn bescheiden amateurcarrière al het gevoel had dat hij het zelf beter kon dan de meeste trainers die hij diende, ging Heins zich na zijn 'pensioen' toeleggen op het trainersvak. Ook niet zo gek wanneer je zijn baan in ogenschouw neemt: Heins is in



het dagelijks leven docent lichamelijke opvoeding. Toch was er nog iets waardoor Heins graag trainer wilde worden. "Als speler ben ik aardig wat keren gedegradeerd. Ik wilde nu wel eens promoveren."

Weg naar boven

Na een logisch begin als jeugdtrainer bij Achilles ging Heins in de jaren daarop aan de slag bij BWO 1, Go Ahead Eagles A1, NEO 1, SC Enschede 1 en Achilles '12 1. Daarna trainde hij nog diverse jeugdelftallen van FC Twente, maar hij besloot uit Enschede te vertrekken toen duidelijk werd dat hij niet mocht doorschuiven naar de A- en B-jeugd. "Bij FC Twente willen ze voor die teams alleen oud-profs hebben. Ik heb daarna anderhalf jaar niks gedaan, maar heb vervolgens als interim-trainer de draad weer opgepakt met een half jaartje DOS'19. Zij hadden echter al een nieuwe trainer voor het seizoen erop en dus zat ik opnieuw zonder club. Uiteindelijk ben ik toen uitgekomen bij PH."

Geluk

En dat bleek al vrij snel een uitstekende verenging voor Heins te zijn. Na de degradaties die hij als speler mee maakte, heeft Heins bij PH de weg naar boven gevonden. Hoe is dat zo gekomen? Heins: "Laat ik allereerst zeggen dat je als trainer altijd geluk moet hebben met de spelersgroep die je treft. Alles valt of staat bij de kwaliteit van je spelers. Een trainer is zo goed als zijn groep."

Rouleren

Toch heeft Heins ook een werkwijze en een visie waarmee hij denkt spelers beter te kunnen maken en het team beter te laten presenteren. Eén noemenswaardige opvatting is dat Heins niet altijd het beste team opstelt. "Ik rouleer. Daar kijken veel spelers in het begin best wel van op. De ene week spelen sommige jongens bij het tweede, de andere week staan ze weer in de basis bij 1. De groep bij PH is jong en snapte het in het begin niet altijd. Ze vonden het niet leuk.

Toen ik het aan hen uitlegde, snapten ze het beter."

Moeiteloos inpassen

Want inderdaad, wat is het idee achter dit rouleren? "Ik wil de groep echt een groep houden. Je hebt gedurende een seizoen altijd meer dan elf spelers nodig. Vroeg of laat loop je altijd wel tegen schorsingen en blessures op. Ik wil dat ik dan gewoon moeiteloos andere spelers kan inpassen. Op deze manier gaat dat het best."

Kwaliteit omhoog

Heins weet ook dat deze manier van werken in eerste instantie wrevel opwekt. "De beste spelers spelen niet altijd, dat zie ik ook. Maar doordat de, met alle respect, wat mindere jongens ook veel spelen, worden zij steeds iets beter. Zo voelen ze zich gewaardeerd, ze hebben een rol en daardoor zitten ze ook lekkerder in hun vel. Op den duur gaat de kwaliteit van de groep daar alleen maar van omhoog."



Keepers

Heins geeft een voorbeeld. "In mijn eerste jaar moest ik kiezen uit twee keepers. Een wat op leeftijd zijnde doelman en zeer talentvol jong broekie, eentje die net uit de jeugd kwam. Qua niveau was hij misschien wel beter, maar ik koos toch voor de oude keeper. We hadden al een erg jong team en ik vond dat we ervaring nodig hadden. Dat kon hij moeilijk verkroppen en hij wilde stoppen. Uiteindelijk is hij na een gesprek toch gebleven en heeft hij de draad weer opgepakt. Rustig aan richtte hij zich weer op en toen de oudere doelman na een jaar stopte, heeft hij het stokje moeiteloos overgenomen."

Clubcultuur

Naast de tactische beweegredenen achter het rouleren, zit er nog een motief achter. Heins: "Bij PH is door de hele club, dus ook bij de jeugd, de stelregel dat elke speler 65 procent speeltijd moet krijgen. Ik heb het rouleren dus niet alleen voor mezelf ingevoerd, ik

probeer me er ook mee aan te passen aan de clubcultuur die hier al langer heerst."

Onstandvastigheid

Een ander punt waarin Heins zich onderscheidt is zijn tactische onstandvastigheid. "Dat klinkt negatief, maar is echt niet zo. Ik houd er van om in de rust dingen om te gooien. Ik wissel ook vaak van systeem. Niet alleen omdat ik vind dat we meerdere systemen moeten kunnen spelen, maar ook omdat ik in de wedstrijd altijd kijk naar hoe het beter kan. Als dat kan door in de rust van formatie te veranderen, doe ik dat. Dan kijk ik nog niet eens naar de stand. We kunnen 3-0 voorstaan of tegen een achterstand van 0-1 aankijken. Ik wil gewoon dat we elke wedstrijd het maximale uit ons zelf halen."

Negentig doelpunten

Dat punt zag Heins in zijn eerste twee jaar bij PH ook goed terug. "In mijn eerste jaar waren er wedstrijden dat we voorstonden en

daardoor gingen verslappen. Even goed scoorden we toen zeventig doelpunten en werden we kampioen van de derde klasse, maar ik vond dat het beter kon. Het tweede jaar gebeurde dat ook. De jongens waar van begin tot eind optimaal aanwezig en dat resulteerde in negentig doelpunten en wederom een titel."

Vriendenteam

Volgens Heins heeft het grote aantal doelpunten niet alleen te maken met het blijven optimaliseren van de tactiek tijdens een wedstrijd, maar ook met de scherpste van de spelers. "PH heeft een echt vriendenteam. De jongens kennen elkaar goed en gaan veel met elkaar om. Op trainingen moet ik de groep er soms ook echt even bij sleuren. Even de koppies weer op het voetbal gericht krijgen, want ik wil net als in wedstrijden ook tijdens trainingen altijd optimaal presteren. Wil dat de jongens altijd wat leren."

PASPOORT



Naam: Bert-Jan Heins

Geboortedatum: 04-09-1956

Woonplaats: Hengelo

Beroep: docent

Carrière als trainer:

Tot 1990	Achilles'12 Jeugdtrainer
1990-1993	B.W.O. Hoofdtrainer
1993-1994	Go Ahead Eagles Jeugdtrainer
1994-1995	B.W.O. Hoofdtrainer
1995-1997	Sportclub Enschede Hoofdtrainer
1997-2001	NEO Hoofdtrainer
2001-2002	Achilles'12 Hoofdtrainer
2002-2006	FC Twente Jeugdtrainer
2006-2008	Achilles '12 Jeugdcoördinator
2008	DOS'19 Interim-hoofdtrainer

Hoofdtrainer

2008-2011 PH Almelo



Brul

Daarom is Heins ook altijd fysiek en verbaal duidelijk aanwezig op het trainingsveld. "Met een brul of een schop onder de kont probeer ik me altijd wel te laten gelden, maar nooit erop gericht om iemand af te branden. Altijd alleen maar om iemand te prikkelen. Dat was voor de jongens in het begin wel lastig. Ze kwamen van school of werk en wilden even lekker voetballen en als ik ze dan dwong alles te geven en na te denken over wat ze deden, hadden ze daar wel moeite mee."

Routinerondje

"Ik probeer elke week de training ook net even aan te passen, andere regels, een ander speelveld, dat soort dingen. Zo wordt het geen routinerondje dat de spelers afwerken, want elke training is net weer even anders." Toch onderschat Heins het plezier dat er in een vriendenteam altijd moet zijn niet. "Plezier is belangrijk. Heel belangrijk, ik denk dat het al de helft scheelt als de spelers samen plezier hebben. De andere helft staat echter voor kwaliteit en die moet je altijd op zien te schroeven."

Plezier

Heins: "We speelden een keer wedstrijd, waarin we 0-3 voorstonden. Toch kwam de tegenstander nog sterk terug tot 2-3. Iedereen dacht we zouden instorten en de voorsprong zouden weggeven. We bleven echter door-

gaan en wonnen uiteindelijk met 2-5. Dat heeft ook te maken met plezier, maar misschien nog wel meer met het feit dat de speler op een training ook scherp zijn. Dan blijven ze dat in een wedstrijd ook langer."

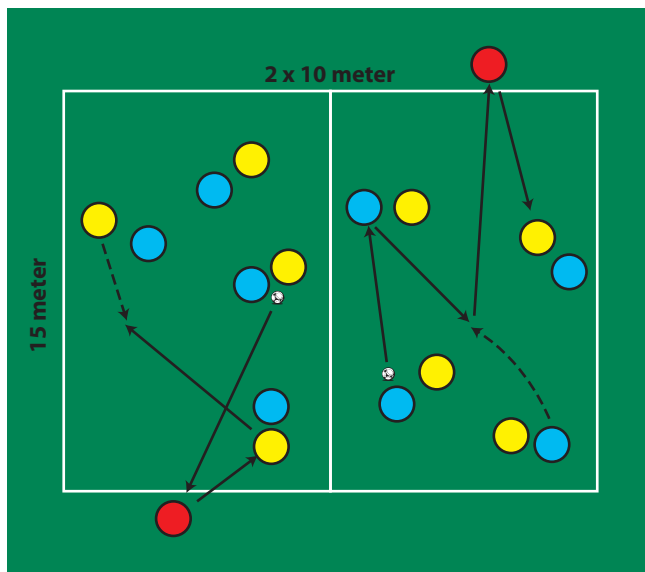
Communicatie

Een ander belangrijk onderdeel van trainer zijn, vindt Heins communicatie. Zonder goede communicatie kan er veel misgaan en dat heeft Heins ook wel eens gemaakt. "Ik had een keer een te hoog verwachtingspatroon van een bepaalde speler. Ik herkende zijn talent en wilde dat er volledig uithalen. Ik ging op- en aanmerkingen geven, de speler dacht echter: 'Wat zeurt die trainer nou de hele tijd'. Hij ging ook duidelijk minder spelen. Toen ik ging uitleggen waarom ik hem zo op de huid zat, begreep hij het beter en stond hij ervoor open."

Open

Heins is zich duidelijk bewust van het belang van communicatie. "Ik ben erg open geworden richting mijn spelers. Als je uitlegt waarom je dingen doet en hoe je dingen ziet, kunnen spelers dat beter begrijpen. Het is net als met dat rouleren, het publiek kijkt nog steeds wel eens raar op, maar mijn spelers begrijpen het. Die weten door mijn uitleg dat ik het beste voor heb met de groep. Open zijn haalt onrust weg."

Positiespel met 'externe kaatsers'



Organisatie:

- Achttien spelers in twee rechthoeken van tien bij vijftien meter
- In elke gebied vier tegen vier met aan weerskanten een kaatser
- De kaatsers doe mee bij balbezittende ploeg en mogen allebei de velden bestrijken

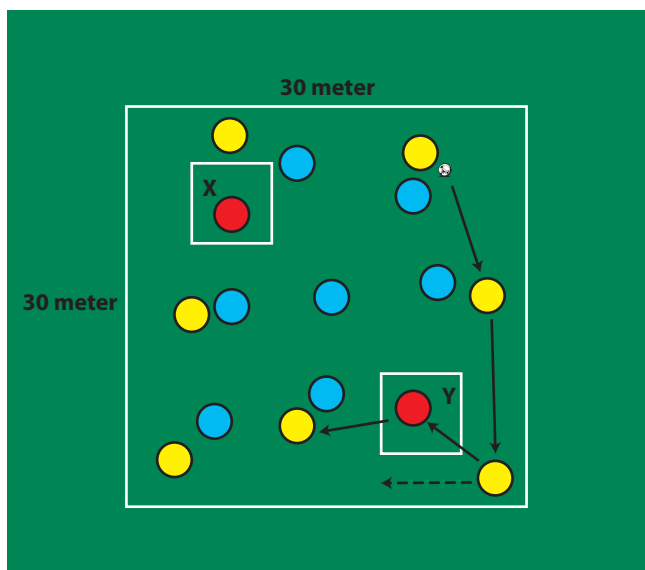
Methodiek:

- Er kan gescoord worden als de bal via een kaatser weer terugkomt bij een teamgenoot
- De teams blijven in hun eigen vak, en spelen de bal als het kan naar maatjes in het andere veld

Coaching:

- Spelers moeten 'kop los hebben' en goed kijken wanneer kaatser vrij is
- Kaatsers moeten zich op juiste moment aanbieden
- Uitbreiden: kaatser op een vaste plek zetten drie meter achter het veld
- Uitbreiden: klein doeltje waar op gescoord kan worden in plaats van kaatser (wordt dan vijf tegen vijf)

Positiespel met 'interne' kaatsers



Organisatie:

- In een vak spelen twee teams positiespel
- Zestien spelers verdeeld over teams van zeven met twee kaatsers of gewoon acht tegen acht
- Het vak is dertig bij dertig meter

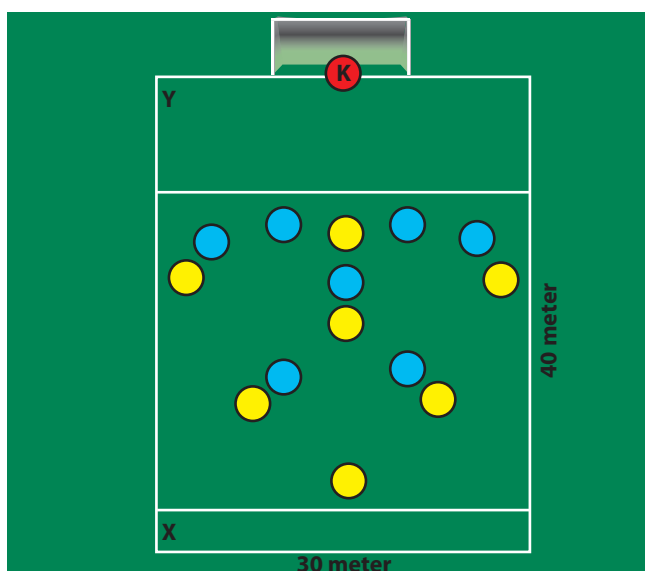
Methodiek:

- In de vakken X en Y kunnen twee kaatsers permanent plaats nemen of teamgenoten kunnen daar tijdens het positiespel 'toevallig' uitkomen
- Wanneer er wordt gekaatst met een kaatser of medespeler in vak X of Y levert dat een punt op
- Een volgend punt moet in het andere vak gemaakt worden

Coaching:

- Team in balbezit moet veld groot houden en vrijlopen, zodat uiteindelijk gescoord kan worden

Partijvorm met 'recht van aanval'



Organisatie:

- Eén doel met keeper. Twee teams in een rechthoek van dertig bij veertig meter

Methodiek:

- Er kan gescoord worden op de goal van de keeper, maar voordat dat mag, moet eerst het 'recht van aanvallen' gehaald worden. Dat kan door met bal door veld X, dat niet verdedigd mag worden, te dribbelen. Bij verovering van de bal moet een van de spelers dus eerst door vak X. In vak Y (de zestien) mag de bal maar een keer geraakt worden.
- Uitbouw: Laat twee spelers van het balbezittende team verplicht in vak Y spelen. Zij mogen de bal maar één keer raken. Zij fungeren als kaatsende spitsen. Laat een of meerdere verdedigers toe in vak Y.

Coaching:

- Vrijlopen in vak Y zodat bal met één aanraking richting goal kan
- Partij zonder bal moet vooruit verdedigen

■ ■ ■ Ilona Stouthamer: technisch jeugdcoördinator Zeelandia



**“Mijn hart
ligt op het veld”**

Ilona Stouthamer lijkt op het eerste gezicht een vrouw van tegenstellingen. De technisch jeugdcoördinator van Zeelandia uit Middelburg had een kortstondige, maar rijke voetballoopbaan. Ze vertelt er met trots over, maar wil daarentegen niet graag in de spotlights staan. "Dat zit nu eenmaal in mijn karakter."

Tekst: Rogier Cuypers

Stouthamer oogt op het eerste gezicht wat verlegen en dat terwijl ze zich in een wereld gerund door mannen omhoog heeft moeten knokken. Haar voetbalcarrière begon op haar zevende bij Vlissingen waar ze twee jaar bij de jongens speelde. Op haar veertiende ging ze bij de dames spelen. "Daarvoor voetbalde ik altijd op straat. Bij Vlissingen kon ik kiezen of ik bij de jongens of meisjes zou spelen. Het liefst koos ik voor de jongens, maar de damesploeg had blijkbaar talent nodig en dus werd ik daar geplaatst. Vervolgens kwam ik in de districtselectie en op mijn zestiende, na het behalen van mijn mavo-diploma, verkaste ik naar Oostkapelle. In Vlissingen was het een aflopende zaak en Oostkapelle speelde in de hoogste afdeling."

Toch heeft Stouthamer haar voetbalbasis voornamelijk opgedaan toen ze tegen jongens speelde. "Op de pleintjes speelde je nooit met meiden. Van jongens leer je ook het meest, zowel op technisch, tactisch en fysiek vlak."

Fysieke ongemakken

De Zeeuwse werkte alle nationale vertegenwoordigende elftallen af. Na Onder 16, Onder 18 en Onder 21 speelde ze drie interlands voor het grote Oranje. Toch begonnen de fysieke ongemakken al op jonge leeftijd. "Op mijn zestiende kreeg ik last van een knieblesure. Ik kreeg een schop, maar ben gewoon doorgegaan. Toen had ik alleen een beschadigde meniscus. Op mijn zeventiende is het fout gegaan met mijn rechterknie en scheurde ik mijn kruis-

banden af. Uiteindelijk heb ik tot mijn 23e gevoetbald, maar toen moest ik noodgedwongen stoppen."

TC3

Stouthamer wilde vervolgens wat met haar voetbalachtergrond gaan doen en heeft TC3 gehaald op het CIOS. Voetbal was haar passie en dus rolde ze het trainersvak in. "Het liefst wilde ik zo lang mogelijk voetballen, maar dat was helaas snel bekeken. Een vriend van me was trainer bij Ste.Do.Co dames 1 en toen ik stopte met voetballen, vroeg hij of ik dames 2 wilde gaan trainen. Even moest ik er over nadenken, maar binnen een dag dacht ik: 'Waarom niet?'. Ik wilde mensen opleiden en had ondanks mijn 23 jaar redelijk wat ervaring en de nodige trainers meegemaakt. Uiteindelijk is het dus Ste.Do.Co dames 2 geworden en

zijn we in twee seizoenen van de derde naar de eerste klasse gepromoveerd."

Trainersvak

"Het trainersvak ligt me meer dan coachen." Haar statement is duidelijk. Liever staat Stouthamer door de weeks op het veld om spelers beter te maken. "Het opleiden van mensen, en nu dan van kinderen, vind ik geweldig. Het coachen hoort erbij. Dat klinkt raar, maar ik ben liever op het veld bezig. Op zaterdag kan bij wijze van spreken een ander het van me overnemen."

"Het mooiste van het trainersvak vind ik de waardering die je van de kinderen krijgt die opeens iets kunnen dat ze een week geleden niet konden. Dat geeft een kick en is niet te omschrijven." De technisch jeugdcoördinator geeft een voorbeeld. "Ik ben ook trainer geweest van Vlissingen B1. In die groep zat een meisje dat ik een aantal keren moest prikkelen. Ze liep de kantjes er vanaf. Op dat moment was het niet leuk voor haar. Nu speelt ze ergens anders en zei ze tegen me: 'Was jij nu nog maar mijn trainer'. Dat is zo gaaf. Ze is blij dat ik haar toen geprikkeld heb. En soms moet dat ook, want als je talent hebt, dan moet je er alles uit willen halen. Ook een 'minder' iemand verdient net zoveel aandacht. Ook medespelers moeten dat zien. Als een mede-





speler voor de goal staat, dan moeten ze niet denken dat het toch wel misgaat. Op dat moment moet je de bal afgeven."

Voorbeeldtrainers

"Mijn trainer bij Ste.Do.Co dames 1, Edwin Bakker, daar heb ik het meest van geleerd. Hij liet me zien dat ik op veel posities uit de voeten kon. Eerst baalde ik enorm als hij me op een andere positie neerzette, maar achteraf heb ik er veel van opgestoken. Hij kon me raken. De trainingen waren geweldig, ik voelde een klik."

"Andries Jonker, mijn trainer bij Oranje Onder 16, had altijd veel vertrouwen in me. Het is leuk hem nu op tv te zien. Waar andere coaches me wilden laten afvallen, hield hij me erbij. Ik was ook een doorzetter, mij kwam je zes keer tegen. Toen ik bij Oostkapelle speelde, zat ik op het randje van de Oranje-selectie. Hij vond dat ik erbij hoorde. Vertrouwen krijgen is cruciaal, dat merk ik nu ook bij kinderen."

Opleiden

Het woord 'opleiden' valt tijdens het gesprek misschien wel een keer of tien. Voor Stouthamer, wiens rol zich ook gedeeltelijk achter een bureau afspeelt, is dat cruciaal in zowel haar

opvatting als jeugdcoördinator, maar ook in haar opvatting als jeugdtrainer. "Het opleiden van kinderen is ook mijn sterkste punt. In mijn werk als sportleraar in een psychiatrisch ziekenhuis werk ik niet specifiek met kinderen, maar ook met volwassenen. Op die manier krijg je wel feeling met de mens. Maar je kunt natuurlijk nooit jeugdtrainer zijn als je niet goed met kinderen overweg kunt."

Plezier

Verantwoordelijk zijn voor de E- en F-jeugd van een grote voetbalclub als Zeelandia betekent dat je moet weten waar het bij kinderen om draait. Maar ook tussen de F-spelers en E-spelers zit wel degelijk verschil. "Maar plezier is het sleutelwoord", onderstreept ze. "Je moet op techniek trainen, maar plezier bij E- en F-jeugd is cruciaal. Bij de F mag je veel plezier hebben en bij de E gaan plezier en voetbal samen. Zonder plezier gaat een kind niks leren. Plezier kan je op verschillende manieren toevoegen aan een training. Al doe je maar een tikspelletje. Even omschakelen: ze zijn niet meer thuis, maar op een veld. Dan laat je ze eerst even 'uitrazen' en vervolgens luisteren ze prima naar je."

Maar uitgelaten kinderen zorgen er soms ook voor dat je als trainer wel eens moeite hebt

om het zaakje in het gareel te houden. "Nou, als ik aan het woord ben en ze praten, dan houd ik mijn mond netjes. Dan denken ze: 'Wat is het stil' en houden ze vervolgens automatisch hun mond. Zo simpel is het. Bij de jongere groep hoef je geen docent te zijn, maar als ze aan het kletsen zijn onder het praten dan houd ik mijn mond. Dat werkt wel."

Technisch jeugdcoördinator

Na haar trainersperiode begon Stouthamer twee jaar geleden aan de klus van technisch jeugdcoördinator bij Zeelandia. Adrie Francke, die ik nog kende uit mijn tijd bij Oostkapelle, belde me op. Toen ben ik hier gaan praten en zo in deze functie gerold. Het bevalt me erg goed en het is geweldig om te doen."

"Elke woensdag probeer ik op het veld te staan. Trainers kunnen vragen aan me stellen, bijvoorbeeld als ze bepaalde trainingsstof willen. Maar ook vragen op technisch of tactisch gebied of als ze iets van een speler willen weten. Op de zaterdag probeer ik elk team even te zien. Het doel daarvan is om te kijken of bepaalde spelers te laag of te hoog zijn ingedeeld. Iemand die te hoog is ingedeeld, kun je hetzelfde seizoen niet terug zetten. Dat kun je niet maken. Het jaar erop houd ik er echter wel rekening mee."

Stouthamer is verantwoordelijk voor de selectieteams, E1 tot en met E4 en F1 tot en met F3. "Maar op zaterdag bekijk ik ook de recreatieve teams. Misschien heb ik vorig jaar wel een kind over het hoofd gezien tijdens trainingen of was hij ziek. Zo iemand moet ook een kans krijgen om in een selectieteam te komen."

Toch is ze niet alleen op het veld te vinden. Overleggen is ook één van haar werkzaamheden. "Ik beoordeel ook de trainers samen met het hoofd jeugdopleidingen. Voor spelers hebben we een Speler Volg Systeem-formulier en die bespreken we met de betreffende trainer. Vaak komen dingen overeen en als dat niet zo is, ga je de discussie aan. Meestal vul ik formulieren thuis in en niet op het veld. Met E- en F-trainers overleg ik wisselend. Soms twee keer in de maand en dan drie maanden niet. Dan heb je het over een speler of trainer die niet aan de eisen van de club voldoet. Laatst heb ik een trainer aangesproken die wat minder autoritair mag zijn, dat kan niet bij F-spelers. Hem evalueer ik binnen twee maanden en als hij niet verandert, dan zeggen we zo iemand vaarwel."

"Het leukste aan het vak is dat ik elk kind zie", vervolgt ze. "Ik ken ze weliswaar niet allemaal bij naam, maar vaak weten ze wel wie ik ben. Op zaterdag zie ik zoveel wedstrijden. Vaak ben ik om negen uur al op de club en blijf dan tot één uur 's middags. Het is een utopie om te denken dat je alles kunt zien. Je bekijkt soms een aantal dingen per team."

Verleden helpt

In Zeeland heeft ze als actief speelster een naam opgebouwd. Zonder die naam zou het haar bij Zeelandia minder eenvoudig af zijn gegaan. "Het heeft zeker geholpen. De hele vereniging is al erg lang samen. Volgens mij hebben ze ook nooit een vrouw als technisch jeugdcoördinator gehad. En dan moet ik als 'broekie' tegen iemand die al twintig jaar bij de vereniging zit, vertellen hoe het moet. In het begin had ik daar wel moeite mee. Adrie

heeft mij in die beginperiode beschermd, hij kende de vereniging. Een vrouw binnen het voetbal is geen enorm issue, maar het is nog niet helemaal geaccepteerd."

Nu verloopt alles soepel, maar in het begin was het tegen de stroom inzwemmen voor Stouthamer. "In het begin werd er raar tegenaan gekeken, maar dat is nu over. Voor zover ik weet zijn ze blij met me. Ik heb me wel extra moeten bewijzen, dat is een feit. Het is lastig om als hummeltje van dertig ineens tegen mensen te gaan vertellen dat ze anders moeten trainen. Al met al voel ik me thuis binnen de vereniging. Als dat niet zo zou zijn, zou ik niet doorgaan."

Toekomst

Met veel plezier vervult de Zeeuwse haar functie als jeugdcoördinator. Toch vermoedt ze dat haar toekomst op het veld ligt. "Als ik weer coach zou worden, moet ik rustiger worden. Ik ben best wel een druk iemand, maar dat zit in mijn karakter. In de toekomst wil ik graag weer op het veld staan. De band met de kinderen mis ik wel. Als trainer heb je echt een team onder je en dat is heel anders. Later wil ik absoluut het trainersvak in. De jeugd heeft dan mijn voorkeur. Dames trainen wil ik wel, maar ik ben zelf nog maar dertig. Als je een damesteam traint, zit je er middenin. Dat is misschien over tien jaar aan de orde. Ik heb dames 2 van Ste.Do.Co getraind en dat ging goed. Maar als ik moet kiezen, dan kies ik voor jeugd. Het is geweldig om te zien hoe ze zich ontwikkelen."

Maar waar ziet ze zichzelf over tien jaar? "Het liefst bij een BVO", is ze stellig. "Dan moet ik wel de benodigde papieren halen, maar daar heb ik nu geen tijd voor. Ik zou het wel graag willen. TC 2 wil ik zeker halen, maar ik werk 32 uur per week. Ik kan moeilijk zeggen dat ik een dag minder ga werken. Bij een BVO zou ik het liefst assistent-trainer zijn en liever geen hoofdtrainer. Dan sta je meer tussen de groep dan erboven. Dat is meer wat voor mij."

PASPOORT



Naam: Ilona Stouthamer

Geboortedatum: 30-07-1980

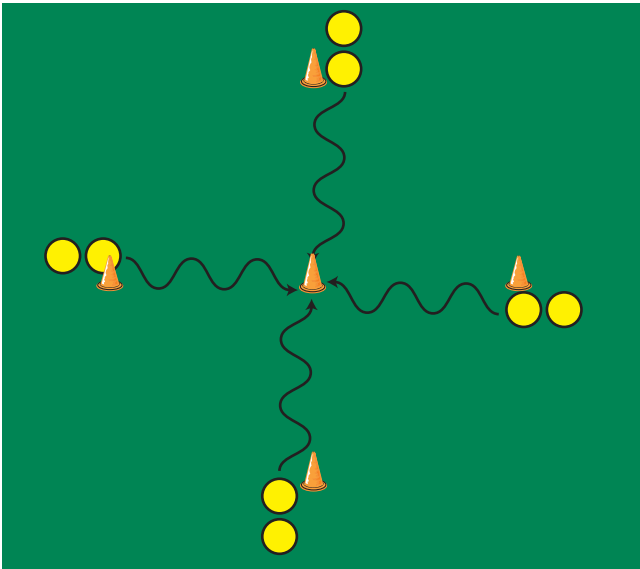
Woonplaats: Vlissingen

Beroep: sportdocent

Carrière als trainer:
2008-2009 Vlissingen B1 2008/09

Hoofdtrainer
2004-2006 Ste.Do.Co dames 2

Kappen



Organisatie:

- Zet een oefenvorm neer in de vorm van een ster (zie voorbeeld)
- Bij elke pylon verzamelt een rijtje spelers zich, het aantal per pylon is afhankelijk van de grootte van de groep

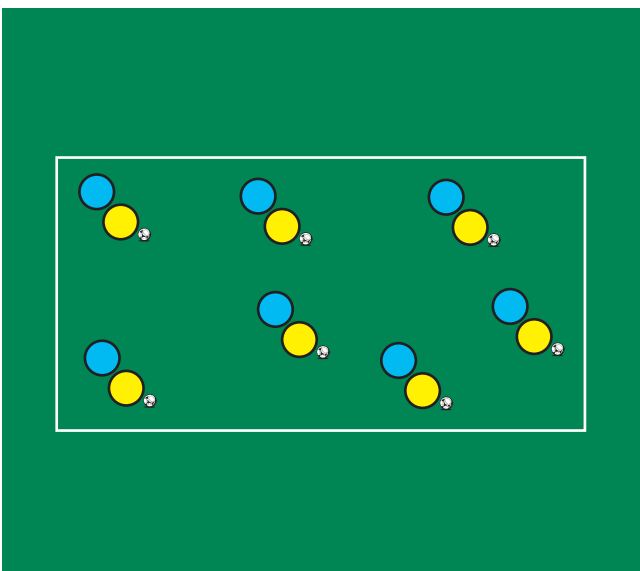
Methodiek:

- Alle voorste spelers in de rij dribbel geleidelijk rustig op in de richting van de middelste pylon
- Bij de pylon aangekomen doen ze een kapactie (binnenkant voet, buitenkant voet, achter het standbeen, rechts overstappen-links afkappen, dit alles kan ook met het verkeerde been) en dribbelen ze terug
- Ze passen de volgende in de rij aan en die dribbelt vervolgens weer op

Coaching:

- Actie goed uitvoeren, snelheid is niet belangrijk
- Laag bij de grond bij uitvoeren kap
- Aanzetten na actie

Bal afschermen



Organisatie:

- Creëer een rechthoek, de grootte is afhankelijk van het aantal spelers
- Maak tweetallen. Elk tweetal krijgt een bal

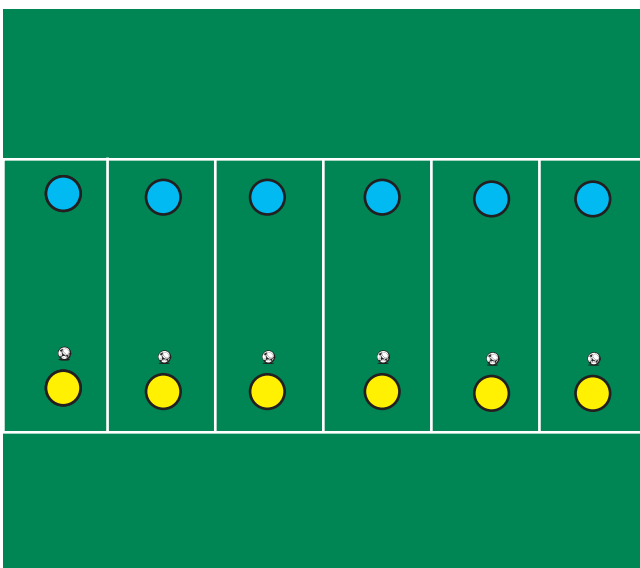
Methodiek:

- Eén speler van het tweetal begint met de bal, gedurende een minuut probeert hij de bal (in het rechthoek) in bezit te houden, na een sessie begint de ander met de bal.
- Het is niet de bedoeling dat de speler in balbezit wegrent. Hij moet zijn lichaam en techniek gebruiken om zijn tegenstander van de bal te houden.
- Na drie sessies zoekt een winnaar een andere winnaar uit. Een verliezer gaat naar een verliezer

Coaching:

- Lichaam tussen bal en tegenstander houden
- Laag bij de grond blijven
- Acties maken om even onder druk uit te komen
- Om je heen blijven kijken, zodat je niet tegen andere tweetallen oploopt

Één-tegen-één in competitievorm



Organisatie:

- Zet zes naast elkaar liggende rechthoeken uit
- In elk rechthoek komt een tweetal te staan met één bal

Methodiek:

- Gedurende anderhalve minuut speelt het tweetal een-tegen-een. Er kunnen punten gescoord worden door de bal over de achterlijn van de tegenstander te dribbelen en hem vlak achter de lijn stil te leggen
- Na één sessie draait de winnaar door naar rechts, de verliezer blijft staan

Coaching:

- Haal coachmomenten oefening 1 en 2 aan:
- Lichaam tussen bal en tegenstander houden
- Actie maken
- Aanzetten na actie

CONTACTGEGEVENS WVON

Funcie	Naam	Adres	Tel (thuis)	Tel (werk)	Mobiel	E-mail / fax
Erevoorzitter	N. de Frel					
Ereleden	J.Philippo					
	H. Drewes					
	W. Hoeben					
Lid van verdienste	J. Biessels					
Hoofdbestuur						
Voorzitter	Arnold Westen	R.J.Schimmelpenninckstr. 20 – 7604 AN Almelo	0546-816862		06-49287720	awesten@xs4all.nl
Secretaris	Wim Adolfsen	Melkweg 30, 7582 CS Losser	053-5360637	053-4823644	06-22740923	seccr@vvon.nl
Penningmeester	Cor Hollestelle	Fluwijnberg 54 – 4708 CA Roosendaal	0165-568104	0165-579536	06-12335924	c.hollestelle@online.nl
Tech. zaken / S&V/ Website	Piet v.d. Kerkhof	Lindenlaan 4 – 5953 KE Reuver	077-4741059		06-25054015	web@vvon.nl
Ledenwerving / 2de Penningmeester / TrainerCoach	Jan Vrind	Nachttegaalstraat 7 – 8471 DT Wolvega	0561-614324		06-23944302	jvrind@home.nl
Fair-play	Hans Ursem	Kerkelaan 19 - 1851 HC Heiloo	072-5335061		06-23762058	hursem@hotmail.com
District Noord						
Voorzitter / Conflicten / Ledenwerving	Anne Veenstra	Riegheide 76 – 9451 EK Rolde	0592-242195			anne.veenstra@home.nl
Vice Voorzitter / S&V	Jacob Botter	Boerkist 36 - 7943 LA Meppel	0522-257908			bottdj01@zonnet.nl
Secretaris	Arend v.d. Giezen	Buitenroede 6 – 9422 LR Smilde	0592-414383			a.giezen1@home.nl
Dag. Bestuur / Conflicten	Hilbrand Waalkes	De Gol 10 – 9356 CN Tolbert	0594-515443			hilbrandwaalkes@wanadoo.nl
Vacaturebank / Internet / S&V	Harold Brunsting	Laaghalerstraat 23 – 9414 AJ Hooghalen	0593-525713			haroldenjudith@hetnet.nl
Scholing - Vorming	Lambert Bosman	Laan v.d.Iemenhees 162 – 7823 JM Emmen	0591-624894			lambertbosman@hotmail.com
Scholing - Vorming	Wietse v.d. Veen	Migchelbrinkwei 20 - 9296 ME Triemen	0511-445714			w.v.d.veen26@kpnplanet.nl
District Oost						
Voorzitter / Conflicten	Wim Benders	Lavendelstraat 38, 6641 BZ Beuningen	024 6773160		06 50267130	wim.benders@hetnet.nl
Secretaris / Vacaturebank / Conflicten	Berry Alberts	Meikever 8 – 7423 GK Deventer	0570-654003		06-12421381	berryalberts@concepts.nl
Sponsoring / Conflicten/ Ledenwerving	Wim Lensink	Noordsingel 170 – 8091 XL Wezep	038-3762647			wjlensink@tele2.nl
S&V / Ledenwerving	Jan Schmitz	Akkersdreef 17 – 6871 LN Renkum	0317-316370			jan.schmitz@hetnet.nl
Vice Voorz. /	Jo Janssen	Opaalstraat 1 – 6534 XH Nijmegen	024-3557341			Jo.an@hetnet.nl
Vacaturebank regio Arnhem						
Vacaturebank regio Zwolle	Dick Gerrits	Fluessen 47 – 8032 ME Zwolle	038-4541445		06-22862967	d.gerrits@home.nl
Vacaturebank regio Almelo	Hans Molenveld	De Wiersse 13 – 7608 CD Almelo	0546-867788		06-15145724	hans@molenveldtextdrukn.nl
District West I						
Voorzitter / Conflicten	Jan Hoveling	Dassenlaan 12 – 1216 EK Hilversum	035-6248415		06-23325693	J.Hoveling@habp.nl
Secretaris / Conflicten /	Sjaak Tol	Florastraat 64 – 1695 BL Blokker	0229-245525		06-10569668	vvon.sjaak.tol@quicknet.nl
Vacaturebank N.H.Noord						
Conflicten	John Stevens	Nieuwe Noord 15A, 1621 EM Hoorn			06-22393232	johnstevens941@gmail.com
Vacaturebank Utrecht / 't Gooi / Flevoland	Peter van Boeijen	Colenso 129 – 3761 GL Soest	035-6029344			Bowi1948@xs4all.nl
Scholing -Vorming /	Frits Bosch	Andijkstraat 13, 1023 VW Amsterdam			06-81476343	L.F.Bosch@versatel.nl
Vacaturebank Amsterdam e.o.						
District West II						
Voorzitter / Conflicten	Toon Brakus	Dr. Van Ledestraat 32, 2265 BP Leidschendam			06-43016705	toon@brakusmakelaardij.nl
Secretaris / Vacaturebank	Ramon Hageraats	Prins Clausstraat 77, 2291 WB Wateringen			06-12971868	hageraats@kabelfoon.nl
Scholing - Vorming / Conflicten	Ruud de Groot	Ambachtsgeest 12, 2201 JN Noordwijk			06-51526387	groot24@tiscali.nl
Scholing-vorming / Conflicten	Wilfred van Leeuwen	Mient 320, 2564 LM Den Haag			06-52394188	wilfredvanleeuwen@yahoo.com
Ledenwerving	Marcel Wieser	Soestdijksekade 803, 2574 CG Den Haag	070-2208151		06-22662196	m.wieser@hotmail.com
Scholing-vorming / Conflicten	Jan de Gier	Koraallaan 46, 2992 GX Barendrecht	0180-627915		06-30185442	j.gier@chello.nl
District Zuid I						
Voorzitter	Tom Heijkoop	Janssoniushof 3 - 5141 MP Waalwijk	0416-335751		06-14410232	tom.heijkoop@home.nl
Secretaris / Conflicten	Nico de Frel	Beukenlaan 36 – 4624 AG Bergen op Zoom			06-30818906	ndefrel@hotmail.com
Scholing - Vorming / Communicatie	Adri Franke	Van Bourgondielaan 13 - 4351 NT Veere	0118-501672		06-55511192	info@a3franke.nl
Vacaturebank / aanspreekpunt Brabant	Hans Rasenberg	Wagenstraat 30 A- 4845 CV Wagenberg	076-5932459			fam.rasenberg@ziggo.nl
Conflicten / Aanspreekpunt KNVB	Roger Schouwenaar	Biesheuvelaan 24 - 5251 SK Vlijmen	073-5116426			RSchouwenaar@brabant.nl
Conflicten / Aanspreekpunt Zeeland	Karl Vergouwen	Vloedlijn 2 - 4386 HA Vlissingen	0118-413831			vergo@zeelandnet.nl
District Zuid II						
Voorzitter / Conflicten	Jos Kligen	Lobeliastraat 18 – 6014 BT Ittervoort	0475-565256		06-11918787	kligen@home.nl
Secretaris	Lei Keijsers	Caeciliahof 29, 5966 PB America	077-4649029		06-22395514	lei.keijsers@planet.nl
Scholing - Vorming	Josè van Hoof	Brouwhuisdijk 16, 5704 AB Helmond	0492-517969		06-54794393	jmgvanhoof@hetnet.nl
Scholing - Vorming	Ed Teunissen	Markt 21-B, 6063 AD Vlodrop	0475-402773		06-53280837	edteunissen@planet.nl
Piv.Voorzitter, Dag.best. Lid	Cees Jansen	Vondellaan 155, 5421 PT Gemert	0492-321357		06-22298812	christelijansen@chello.nl
Ledenwerving	Wim Slangen	Hulsstraat 9, 6101 MH Echt	0475-486446			info@wimslangensports.nl
Vacaturebank	Wim van Dongen	Vecht 1, 5711 KN Someren	0493-694508		06-49685848	w.dongen@chello.nl

■ ■ ■ Studiebijeenkomst

Een kijkje in de Nijmeegse



Het was zoals één van de aanwezige amateur-trainers na afloop zei: “Misschien is niet alles voor ons even bruikbaar, maar we hebben toch een mooi kijkje gehad in de keuken van NEC, een BVO waar alles tot in de puntjes is geregeld.”

Tekst en foto's: Lars van Soest

voetbalkuiken van NEC



Het is druk rond stadion De Goffert. Zo'n vierhonderd trainers zijn deze woensdag 16 maart afgereisd naar Nijmegen voor de studiebijeenkomst van de Vereniging Voetbal Oefenmeesters Nederland (VVON). NEC is bereid gevonden om als gastheer te functioneren en met presentaties over het (jeugd)beleid en een voorbeeldtraining van hoofdtrainer Wiljan Vloet belooft het een boeiende dag te worden.

Wim Benders, VVON-voorzitter van het district Oost, is blij dat er zoveel trainers naar Nijmegen zijn gekomen. "Het speelt natuurlijk mee dat er met deze dag punten voor de licentie verdiend kunnen worden, maar we hebben echt veel aanmeldingen gehad. Gisteravond hebben we er zelfs nog meerdere binnen gekregen. Het laat wel zien dat de mensen veel verwachten van deze dag."

Preud'homme

De bijeenkomst zou eigenlijk plaatsvinden bij FC Twente. Trainer Michel Preud'homme kon en wilde echter geen tijd vrij maken. Benders: "Vorig jaar was alles in kannen en kruiken, Steve McClaren wilde graag meewerken. Hij vertrok echter en Preud'homme was niet bereid zijn programma om te gooien voor een dag als deze. Achteraf misschien maar beter ook, anders hadden we een andere datum moeten uitkiezen, want FC Twente zit natuurlijk in Rusland voor de Europese ontmoeting met Zenit Sint-Petersburg."

In NEC had de VVON al snel een waardig vervanger gevonden, want technisch directeur Carlos Aalbers had duidelijk zijn best gedaan. Hij had de gehele technische staf bereid gevonden om mee te werken en ook Iddo Roscher van de gezamenlijke Voetbal Academie van NEC en FC Oss was aanwezig om een

lezing te geven. De grote belangstelling is zodoende makkelijk te verklaren.

Anders

De studiedag begint 's morgens om half tien met een praatje van Aalbers zelf. Hij legt uit waarom hij positief reageerde op het verzoek van de VVON. "Wij van NEC willen graag laten zien hoe wij hier in Nijmegen werken. Wij weten dat bij een BVO dingen anders geregeld zijn dan bij een amateurvereniging, maar wij werken, met name in de Voetbal Academie, met een visie die ook interessant kan zijn voor het voetbal op een lager niveau. We hopen dat we de aanwezigen een mooi kijkje in de keuken van NEC kunnen geven."

Du Chatinier

Onder de vele aanwezigen zijn niet alleen amateurtrainers. Ook enkele (oud-)betaald voetbaltrainers zijn naar Nijmegen gekomen: Pim van de Meent (oud-trainer NEC, De Graafschap en ADO Den Haag), Jos Daerden (huidig assistent-trainer FC Twente) en Ton du Chatinier (trainer/coach FC Utrecht).

Laatstgenoemde heeft toevallig een dagje vrij met zijn team, maar is begrijpelijkerwijs voor de punten naar De Goffert gekomen. "Het is leuk om te zien hoe andere clubs het doen, maar bij FC Utrecht werken we eigenlijk vrijwel hetzelfde, sommige accenten liggen alleen net even anders. Bij NEC werken ze bijvoorbeeld volgens de filosofie van inspanningsfysioloog Raymond Verheijen, wij hebben Pim Koolwijk daarvoor."

Leerzaam uitje

De dag is zo ingepland dat de trainers 's morgens verschillende lezingen krijgen, waarna 's middags het trainingsveld wordt opgezocht



om een oefensessie van de selectie van NEC te aanschouwen. “Daar ben ik wel bij mee”, zegt Arwin Verburgh (43), hoofdtrainer van de Vlaardingse zaterdag vierdeklasser SC Victoria 04, in de pauze na de eerste lezing van de technische staf. “Als je eerst naar buiten gaat en daarna in een zaal moet gaan zitten luisteren, kak je zo in.”

Verburgh is samen met zijn vriend Dick Beek (64) naar Nijmegen gekomen. Beek, oud-profvoetballer van onder meer Telstar, Go Ahead Eagles en FC Den Bosch, is momenteel actief bij de A1 van Leonidas. “We hebben allebei onze punten al gehaald, maar dit leek ons een te mooi en leerzaam uitje om te laten schieten”, aldus Verburgh.

Performance manager

Beiden zijn onder de indruk van het net afgelopen verhaal van Wilfried Brookhuis. “Ik vind het bijzonder om te zien hoe professioneel ze hier om gaan met het vak”, zegt Beek. “Toen ik nog betaald voetbal speelde, hadden we geen videoanalyses van tegenstanders. Dan trainden we gewoon tegen elf etalagepoppen, die werden opgesteld in de formatie van de eerstvolgende tegenpartij en zo oefenden we

een beetje. En van sportvoeding hadden we al helemaal niet gehoord. Gewoon wat aardappels en een biefstukje.”

Tijdens het praatje van Brookhuis bleek echter dat die tijden voorbij zijn. De performance manager van NEC zette samen met zijn collega's Wim Rip (videoanalist en scout van tegenstanders) en Han Tijshen (fysioloog) zorgvuldig uiteen hoe zij het eerste elftal van NEC zo goed mogelijk laten performen, van daar ook de dure Engelse naam.

Hoger niveau

Brookhuis: “Wij willen het niveau van de spelers omhoog brengen en dat kunnen we alleen maar doen door als club zijnde ook een hoger niveau na te streven. Dat hebben wij geprobeerd door bepaalde zaken rondom de selectie meer aandacht te geven. Denk aan mentale en fysieke aspecten, maar bijvoorbeeld ook aan de videoanalyse.”

Met mentale aspecten bedoelt Brookhuis dat ze bij NEC onder meer intensiever aandacht zijn gaan besteden aan de verschillende karakters van spelers. Iedere voetballer van de selectie doet aan het begin van het seizoen

volgens de MBTI-methode een persoonlijkheidstest. Daaruit blijkt hoe het karakter van de betreffende speler in elkaar steekt. “Zo achterhalen we iemands kwaliteiten en zwaktes en leren we de trainers hoe ze daar het beste mee om kunnen gaan.”

Renderen

Het ‘fysieke praatje’ tijdens de presentatie kwam van Tijshen. “Er wordt tegenwoordig meer en sneller gelopen door spelers. Daar is meer specifieke kracht en snelheid voor nodig, want aan iedere positie worden andere eisen gesteld. Na het afnemen van verschillende onderzoeken, denk aan vet-, conditie-, bloed-, snelheid- en sprongtests, krijgen spelers, ook met het oog op hun eigen positie, een individueel trainingsschema aangemeten. Zo worden ze allemaal op een andere manier sterker, maar renderen ze ook allemaal het best.”

Video

Naast de andere aandachtspunten (voeding en techniek) zijn ze bij NEC, in de persoon van Wim Rip, ook druk bezig met videoanalyses. Voor elk duel wordt een tegenstander drie keer bekeken, waarvan Rip de meest recente wedstrijd voor zijn rekening neemt. In de week voor het duel maakt hij dan een hele presentatie waarin opstellingen, tactieken, spelhervattingen en individuele kwaliteiten en zwaktes van tegenstanders voorbij komen. “Zo weten de jongens precies wat ze te wachten staat en komen ze niet voor verrassingen te staan.”

Voetbalacademie

Ook de lezing van Iddo Roscher had indruk gemaakt op Verburgh en Beek. “Hij kon de visie van de jeugdopleiding van NEC bijzonder goed ventileren, moet ik zeggen”, sprak Beek. “Misschien wil hij wel een keer langskomen bij Leonidas om de technische mensen een keer bij te praten. Dat zou mooi zijn.”

De Zuid-Hollandse oefenmeester was niet de enige die er zo over dacht. Na afloop van de

lezing van Roscher kwamen er meer mensen naar hem toe, die hem vroegen een keer langs te komen. Roscher had met zijn uiteenzetting van het beleid van de Nijmeegse jeugdopleiding duidelijk wat los gemaakt.

Tien procent

“Bij NEC proberen we de spelers natuurlijk beter te maken, maar we proberen ze ook als mens te ontwikkelen. School en opvoeding zijn daarin heel belangrijk, want er is meer dan voetbal in het leven. Wij weten ook dat slechts tien procent van de jongens daadwerkelijk profvoetballer wordt, dan moet je ze toch ook iets meegeven waar ze op kunnen terugvallen als het niet lukt. Ook voor na de carrière van een voetballer is het goed.”

Ontwikkelingsklimaat

Verder staren ze zich bij Voetbal Academie van NEC, die samen met FC Oss wordt gerund, niet blind op de resultaten van de jeugdteams. Zoals Roscher het zegt: “Er is bij ons in de opleiding geen prestatieklimaat, maar een ontwikkelingsklimaat. Winnen is niet het belangrijkste, het gaat erom dat de jongens beter worden. Soms is dat voor een trainer ook moeilijk. We willen allemaal winnen, maar het is belangrijk om de progressie van spelers daarbij niet uit het oog te verliezen. Wij trainers moeten ondergeschikt zijn aan de spelers.”

Roscher geeft een voorbeeld. “Bij mij in het team heb ik een paar heel goede aanvallers rondlopen. De jongens zouden alle ballen naar hen kunnen trappen, dan regelen zij het wel en winnen we alle wedstrijden met 6-0. Dan ben ik, als je naar het resultaat kijkt, een goede trainer. Ik heb echter liever dat we met het hele team fatsoenlijk positie spel spelen, zodat elke speler leert wat hij zou moeten leren en zodoende dus beter wordt. Het resultaat maakt mij dan veel minder uit.”

"Sneller, Lasse"

De middagtraining van NEC onder leiding van trainer Wiljan Vloet vormt de afsluiting van de

dag. De sessie weet de aandacht van de aanwezige trainers tot het laatste moment vast te houden, vanwege het en microfoontje op het shirt van Vloet: 'Sneller Lasse, harder Ramon, tussen de palen Björn'. Elk coachmomentje van de trainer schalt door de luidsprekers rond het veld.

Even daarvoor had Vloet in De Gaanderij, de bijeenkomstzaal in stadion De Goffert al uitgelegd waar hij op ging trainen met zijn groep. “Vandaag staat in het teken van conditie. Wij doen dat echter niet door alle spelers op een lijn te zetten en sprintjes te laten trekken of met een duurloop. Nee, wij proberen dat zoveel mogelijk met een bal te doen. Ook zullen de spelers individueel geprikkeld worden. De linies trainen veelal apart, zoals Han Tijshen jullie ook al vertelde. Een centrale verdediger moet vaak minder lange sprintjes trekken dan een buitenspeler, vandaar dat we voor elke linie verschillende oefenvormen hebben.”

Rondjes

Op het trainingsveld wordt duidelijk hoe Vloet dat precies bedoelt (zie ook oefenvormen).

Zelf loopt hij constant rondjes over het veld, zodat hij bij alle oefeningen mee kan kijken, terwijl de leden van de technische staf (Wilfried Brookhuis, Han Thijshen, Jack de Gier, Patrick Kluivert en Ron de Groot) ieder met een eigen groepje bezig zijn.

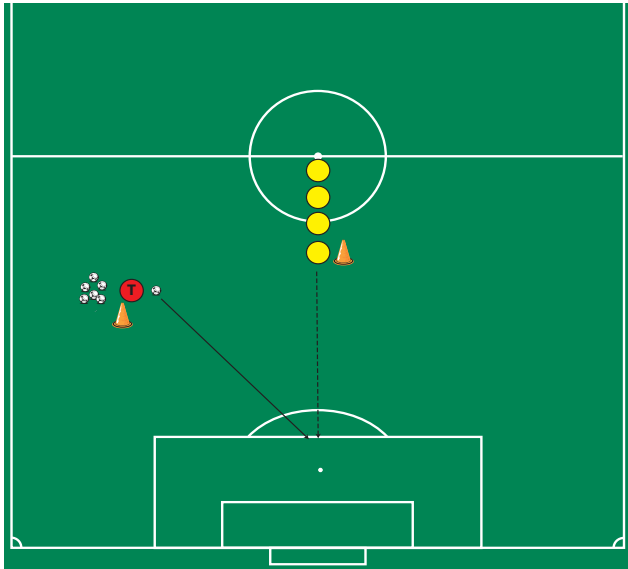
Terwijl de spelers en trainers bezig zijn, neemt Vloet plaats in de dug-out naast een man in NEC-trainingspak met een laptop op zijn schoot. Door de luidsprekers langs het veld legt Vloet uit dat alle spelers een hartslagmeter dragen, waarvan de resultaten meteen op de pc van zijn collega langs de lijn verschijnen. “Wanneer een speler niet voluit gaat, zien we dat meteen en zeggen we dat. Iedereen moet alles geven. Alleen zo word je beter. Elk procentje is er toch weer één.”

Handvatten

En zo is het maar net. Want al zullen de vele amateurtrainers niet met een laptop en hartslagmeters werken, de studiebijeenkomst bij NEC bevatte voldoende handvatten, waarmee de coaches allemaal weer een paar procent beter kunnen worden.



Sprintwerk centrale verdedigers



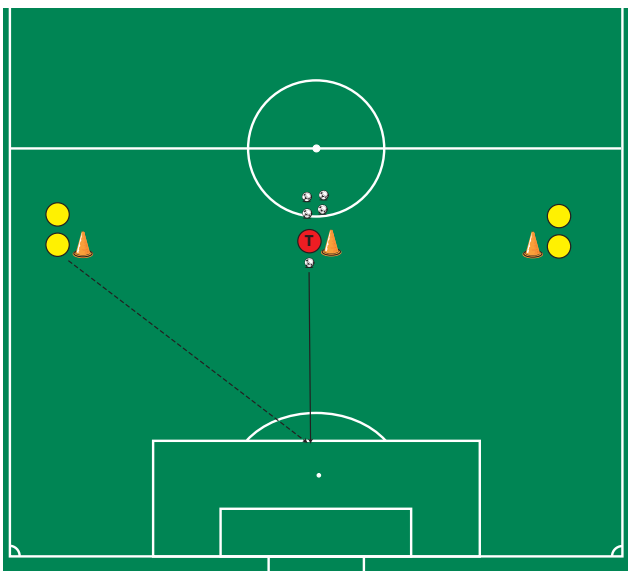
Organisatie:

- Spelers beginnen in het midden van veld op 20 meter van de zestien
- Trainer staat daar tussenin met ballen

Methodiek:

- Speler begint met rug naar goal
- Trainer fluit, speler draait zich om en start sprint
- Trainer past bal zo dat de speler hem met volle sprint nog net kan stoppen en meenemen voor de zestien meterlijn
- Speler wandelt rustig terug
- Oefening zes keer herhalen met steeds een minuut pauze
- Na sessie van zes herhalingen vier minuten rust, daarna nog één sessie (niet meer)

Sprintwerk vleugelverdedigers



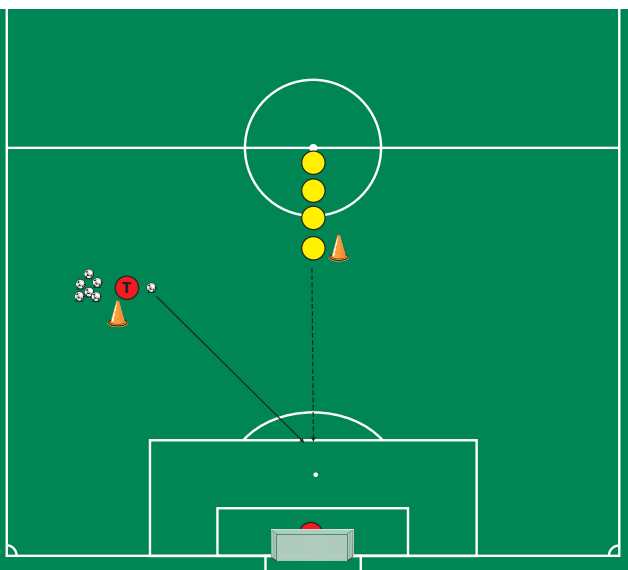
Organisatie:

- Spelers beginnen in het midden van veld op 20 meter van de zestien
- Trainer staat daar tussenin met ballen

Methodiek:

- Spelers staan met gezicht naar goal
- Wanneer de trainer past begint speler naar het midden te rennen
- Trainer past bal zo dat de verdediger hem met volle sprint nog net kan stoppen en meenemen voor de zestien meterlijn
- Speler wandelt rustig terug
- Oefening zes keer herhalen met steeds een minuut pauze
- Na sessie van zes herhalingen vier minuten rust, daarna nog één sessie (niet meer)

Sprintwerk middenvelders en spitsen



Organisatie:

- Spelers beginnen in het midden van veld op 20 meter van de zestien
- Trainer staat daar tussenin met ballen
- Keeper staat op doel

Methodiek:

- Speler begint met gezicht naar goal
- Trainer past en speler begint te rennen
- Trainer past bal zo dat de speler hem net voor de zestien meterlijn nog op doel kan schieten
- Bal moet minimaal op doel zijn
- Speler wandelt rustig terug
- Oefening zes keer herhalen met steeds een minuut pauze
- Na sessie van zes herhalingen vier minuten rust, daarna nog één sessie (niet meer)

ZATERDAG
28 MEI 2011

VAN 9:45 UUR TOT 16:30 UUR
WILLEM II STADION, TILBURG



9e Nederlands Trainerscongres

Beleef het mee

Op 28 mei zal in het Koning Willem II stadion in Tilburg het 9e Nederlands Trainerscongres plaatsvinden. John van den Brom (ADO Den Haag) - Wiljan Vloet (Talenttree) - Stanley Brard (Feyenoord Jeugd) - Edwin Susebeek (keepers PSV) en Niek Oosterlee (Rijnsburgse Boys) zorgen voor veel praktische info.

U ontvangt 4 studiepunten bij deelname aan het congres

Programma

09.00 – 09.45 | Ontvangst

10.00 – 10.40 | Jeugd Feyenoord – Stanley Brard hoofd jeugdopleiding Feyenoord

10.50 – 11.30 | Keeperstraining Edwin Susebeek keeperstrainer PSV

11.45 – 12.15 | deel 1: Workshop – Lunch zaal

12.25 – 12.55 | deel 2: Workshop – Lunch zaal

13.05 – 13.35 | deel 3: Workshop – Lunch zaal

13.45 – 14.30 | Uitreiking Rinus Michels Awards podium, presentatie: Toine van Peperstraten

14.45 – 15.45 | John van den Brom met ADO Den Haag

16.00 | Dankwoord / Sluiting ingang veld

Kosten deelname

- CBV- leden | € 35,00
- VVON – leden | € 35,00
- Abonnees De Voetbaltrainer | € 45,00
- Groepen, minimaal 5 personen | € 45,00
- Anderen | € 65,00
- Collega's uit het buitenland | € 45,00

Workshops

- Individueel talentvolgsysteem: Talenttree Wiljan Vloet
- Ervaringen in de Topklasse: Niek Oosterlee (Rijnsburgse Boys)

Schrijf je nu in via www.trainerscongres.nl!

Nominaties Rinus Michels Awards

Voor de beste Trainer-coach in het amateurvoetbal, seizoen 2010-2011

De VVON heeft uit elk district een trainer genomineerd. Tijdens het trainerscongres op zaterdag 28 mei 2011 te Tilburg kiezen de trainers hun beste collega. Voor de volledige procedure en de beoordelingscriteria kunt u kijken op www.trainerscongres.nl

Berry Zandink - vv Hoogeveen

(Noord)



Is van mening dat je altijd dwingend moet spelen ten opzichte van je tegenstander om structureel resultaat te boeken. Promoveerde vorig seizoen met vv Hoogeveen naar de Hoofdklasse.

Peter Wesselink – SVZW

(Oost)



Hanteert een speelstijl die wordt omschreven als 1:4:3:3, waarin de spelers binnen de gemaakte afspraken een zekere vrijheid genieten. Schenkt veel aandacht aan teamtactische besprekingen en maakt daarbij gebruik van videoanalyse.

Bas Gösgens – vv UNA

(Zuid 1)



In de gekozen is speelstijl een goede balans aanwezig tussen aanvallend en verdedigend voetbal. Onder zijn leiding hebben 4 spelers hun debuut gemaakt in het 1e elftal en op dit moment maken 8 jeugdspelers deel uit van de selectie van het 1e team.

Jan Lauers – EVV

(Zuid 2)



Heeft een eigen voetbalvisie, maar staat niet afwijzend tegenover opvattingen en ideeën vanuit de spelersgroep. Is zeer rustig als coach en straalt dit ook uit naar zijn omgeving. Heeft respect voor collega's, spelers en scheidsrechters.

Cor Ten Bosch – AFC

(West 1)



Probeert zijn team mooi en verzorgd voetbal te laten spelen. AFC bestaat uit een mix van studenten, ex profvoetballers en spelers uit de eigen opleiding. Werd vorig jaar kampioen met AFC en promoveerde naar de Topklasse.

Robbert de Ruiter – vv Noordwijk

(West 2)



Het is de intentie van zijn ploeg om zo vroeg mogelijk, maar in ieder geval in de gehele afsluitende competitie, te spelen. Hierdoor is het voor een tegenstander nauwelijks mogelijk om gecontroleerd op te bouwen. Staat bekend om zijn open, eerlijke en duidelijke communicatie.

Verbreken van arbeidsovereenkomsten

Nog meer dan omstreeks de winterstop lijkt de huidige periode te worden gekenmerkt door besluiten van voetbalwerkgevers om de arbeidsovereenkomst met een trainer voortijdig op te zeggen. In de meeste gevallen worden daarvoor de slechte sportieve prestaties als reden gebruikt, al of niet in het kader van niet uitgekomen verwachtingen.

Tekst: R. Beele

In eerdere bijdragen heb ik melding gemaakt van de tussentijdse opzeggingen. Van tussentijdse opzegging is uiteraard alleen sprake indien de arbeidsovereenkomst voor een bepaalde tijd is aangegaan. Arbeidsovereenkomsten voor onbepaalde tijd, kunnen vanwege het ontbreken van een einddatum, niet -tussen- tijds worden opgezegd. Die overeenkomsten dienen voorafgaand aan een door de

opzeggende partij genoemde datum te worden opgezegd.

Bij tussentijdse opzeggingen moet een aantal aspecten worden onderscheiden.

De belangrijkste daarvan is de voorwaarde dat alleen tussentijds kan worden opgezegd indien voor zowel de werkgever als voor de werknemer dat recht schriftelijk is overeengekomen (art. 7:667 lid 3 BW). Overigens kan ge-

durende de looptijd van de arbeidsovereenkomst dat recht alsnog schriftelijk worden overeengekomen.

Schriftelijke bevestiging

Het blijkt nog altijd voor te komen dat de voetbalwerkgever en de trainer wel een arbeidsovereenkomst hebben gesloten maar dat een schriftelijke bevestiging daarvan ontbreekt.

Dat is niet alleen strijd is met de schriftelijke informatieverplichting van de werkgever zoals bedoeld in art. 7:655 BW, maar maakt een tussentijdse opzegging eveneens onmogelijk. De schriftelijke informatieverplichting kan achterwege blijven indien er sprake zou zijn van een collectieve arbeidsovereenkomst of een daarmee vergelijkbare regeling. (N.B. Voor voetbaltrainers die werkzaam zijn in het amateurvoetbal bestaat geen CAO).

Kortom: als de tussentijdse opzegging niet schriftelijk is overeengekomen, zal de 'arbeidsovereenkomst voor bepaalde tijd' pas eindigen op de overeengekomen einddatum.

Indien een tussentijdse opzegging niet schriftelijk zou zijn overeengekomen, maar de voetbalwerkgever daartoe desondanks wel heeft besloten, zal de trainer niet kunnen volstaan met eenvoudigweg niets te doen. Zeer waarschijnlijk zal de trainer (pas) reageren op het moment dat hij (na de opzeggingsdatum) de overeengekomen vergoeding niet meer ontvangt. Hoewel dat wellicht nog tijdig zou zijn in het kader van de melding van het verzuim aan de zijde van de werkgever, doet de trainer er goed aan om per omgaande zijn bezwaar tegen de tussentijdse opzegging aan de werkgever kenbaar te maken. Dit, in combinatie met het aanbod om de overeengekomen arbeid te blijven verrichten en met de aanspraak op de overeengekomen vergoeding. Daarmee maakt hij duidelijk dat hij niet instemt met of berust in de opzegging.

Geen noodzaak

Vanzelfsprekend blijkt in de praktijk dat er tal van situaties zijn waarin de trainer zijn bezwaar niet of niet duidelijk naar voren brengt. De redenen daarvoor zijn van uiteenlopende aard. De eerste is dat de trainer eenvoudigweg geen noodzaak heeft om zijn bezwaren kenbaar te maken, omdat hij kort na de opzegging al aan de slag kan bij een nieuwe voetbalvereniging. In dergelijke gevallen is de trainer waarschijnlijk al enige tijd in gesprek geweest met een

nieuwe voetbalvereniging, omdat hij al vermoedde dat er een opzegging in de lucht hing. Daarnaast kunnen de trainer en de voetbalwerkgever ((veelal het bestuur van) een vereniging)) na de brief waarin de opzegging is gemeld, in gesprek zijn geraakt over de voorwaarden waaronder de periode vanaf de opzeggingsdatum tot de einddatum van de arbeidsovereenkomst zal worden afgewikkeld.

Daarvan kan sprake zijn als de trainer aanvaardt dat (a) de werkzaamheden op de opzeggingsdatum zullen eindigen, (b) er geen negatieve berichten in de media zullen verschijnen en (c) partijen overeenstemming willen bereiken over het bedrag dat de trainer zal ontvangen in het kader van de opgezegde arbeidsovereenkomst. Er is dan eigenlijk sprake van een beëindiging van de arbeidsovereenkomst met wederzijds goedvinden. Het komt echter ook voor dat de trainer en de voetbalwerkgever weliswaar in gesprek zijn geraakt over de hiervoor genoemde voorwaarden, maar dat gedurende de periode waarin de gesprekken plaatsvinden, de personele samenstelling van (het bestuur van) de werkgever wijzigt.

Praktijkgevallen

Er is mij een aantal zaken bekend waarin het voorgaande zich heeft afgespeeld. Daarbij was het probleem dat over de gesprekken tussen de trainer en de voetbalwerkgever geen schriftelijke verslaglegging had plaatsgevonden. Aan de zijde van de werkgever werd vervolgens ontkend dat er gesprekken tussen partijen waren geweest over de voorwaarden waaronder de arbeidsovereenkomst zou worden afgewikkeld. Omdat de trainer veelal ook geen bewijs kon leveren van de door hem met het bestuur gevoerde gesprekken, werd(en) die zaak(zaken) gecompliceerd(er).

Voorkomen van escalatie

Het is mij bekend dat, in het algemeen, trainers geschillen bij voorkeur niet laten escaleren. Dat is te begrijpen tegen de achtergrond van de vaak regionale omgeving waarin zij hun werk-

zaamheden verrichten. Negatieve publicaties in de regionale/lokale media over de wijze waarop de arbeidsovereenkomst(en) van de betreffende trainer met de voetbalwerkgever(s) is (zijn) geëindigd, willen zij vermijden omdat zij een negatieve 'pers' willen voorkomen.

Desondanks is het aan te bevelen om voorafgaand aan eventueel overleg met het bestuur van de vereniging dat de trainer zijn (inhoudelijke) bezwaren tegen de opzegging schriftelijk meldt. Daarmee ontstaat duidelijkheid over zijn positie en de gronden waarop zijn bezwaar is gebaseerd. In een eventuele arbitrale procedure is dan in elk geval geen onduidelijkheid meer over het bestaan van het door de trainer opgeworpen bezwaar tegen de tussentijdse beëindiging van de arbeidsovereenkomst. Ook na de brief van de trainer is het altijd mogelijk dat partijen met elkaar in gesprek raken om alsnog een minnelijke regeling te 'beproeven'.

Echter, wat er van het voorgaande ook gezegd kan worden, een arbeidsovereenkomst zonder een schriftelijk beding van tussentijdse opzegging eindigt op de overeengekomen einddatum. Alleen een ontslag op staande voet of een beëindiging met wederzijds goedvinden kunnen de overeengekomen einddatum wijzigen.



HANS BIJVANK **Heimwee**

Voetbal zit in mijn hart. Dat is niets bijzonders, dat is landscultuur, daar zijn we mee opgegroeid. Toch knaagt er iets in mij. Voetbal begint mij soms te irriteren. Niet het spel, maar de direct betrokkenen maken er een potje van. Driftig zwaaiende, gebarende en intimiderende trainers die als volleerde entertainers weten wanneer de camera op hun inzoomt. Scheidsrechters die fluiten alsof ze het spel hoogstpersoonlijk hebben uitgevonden en spelers die werkelijk alles aangrijpen om wedstrijden te winnen. Nog niet zo lang geleden las ik dat het slot van Excelsior – PSV bloedstollend was, terwijl het gewoon een scheidsrechter was die er hoogstpersoonlijk een stempel op wilde drukken via twee belachelijke penalty's. In plaats van gewoon 1-2 werd het 2-3. So what!? Robin van Persie werd tegen FC Barcelona uit het veld gestuurd omdat hij een bal wegtrapte na een fluitsignaal. Tim Cornelisse werd weggezonden nadat hij midden op het veld een arm in de nek van Janko legde. En een Toivonen en met hem vele anderen doen er werkelijk alles aan om een tegenstander een kaart aan te naaien. De KNVB kan dan wel scheidsrechters en trainers bijeen roepen om begrip te kweken, maar ik als toeschouwer ben gewoon de dupe. Ik moet naar Twente-Utrecht en Barcelona-Arsenal kijken, waar een wedstrijd geen wedstrijd meer is. Ja, ik snap dat er regels zijn die gehanteerd moeten worden, maar hadden Van Persie en Cornelisse niet gewoon even vermanend kunnen worden toegesproken? Een Twente-Utrecht en Barcelona-Arsenal met 11 tegen 11 is gewoon veel en veel leuker. En een echte overtreder zoals ene Flamini, die bijna een Engels been splitst via een raketkackel met twee gestrekte benen, kan gewoon blijven staan. Als toeschouwer snap ik het dan niet meer. Zo langzamerhand bekruip me het gevoel dat het professionele voetbal toebehoort aan een select gezelschap dat de commercie rondom het voetbal indringend bewaakt en de toeschouwer op veilige afstand houdt. 'Wij' mogen op de tribune of aan de buis kritikeloos alles aanschouwen en moeten vooral betalen. De toeschouwer, de voetballiefhebber die anoniem en nagelbijtend zijn of haar cluppie volgt, doet niet ter zake. Het wordt hoog tijd dat de verantwoordelijken beseffen dat voetbal gewoon sport is, waar iedereen van moet kunnen genieten en echte uitwassen worden bestreden. Trainers gaan gewoon weer hun team voorbereiden op het goed trachten te spelen van een wedstrijd. Scheidsrechters fluiten weer in de slagschaduw van het spel en bewaken de spelregels en spelers gaan weer gewoon voetballen en doen dingen waar ik van kan genieten. Zoals Valeri Lobanovski die gewoon onbeweeglijk op de bank zat en zijn werk had gedaan, zoals Marc Overmars die alleen lag als hij echt was geraakt en zoals Leo Horn die floot als er iets aan de hand was.



Hans Bijvank

Colofon

De Trainer/Coach is een gezamenlijke uitgave van Sportfacilities & Media BV en VVON.

Uitgave:

Sportfacilities & Media BV
Postbus 952 - 3700 AZ Zeist
Bezoekadres: Steynlaan 19 B-D, Zeist
Telefoon: 030-6977710
E-mail: info@sportfacilities.com
Website: www.sportfacilities.com



Uitgever: Floris Schmitz

Hoofdredacteur De TrainerCoach:

Paul van Veen
E-mail: paulvanveen@sportfacilities.com

Redactiecoördinator De TrainerCoach:

Maaïke Denkers, telefoon: 06-21206669
E-mail: maaïke@sportfacilities.com

Advertentieverkoop:

Account manager, Rien van Wolfswinkel
sales@sportfacilities.com
Traffic, Tom van den Heiligenberg
tom@sportfacilities.com

Vormgeving:

Anton Gouverneur
studio@sportfacilities.com

Aan dit nummer werkten mee:

mr. R. Beele, Wim Benders, Hans Bijvank, Ton du Chatinier, Rogier Cuypers, Maaïke Denkers, Bert-Jan Heins, Ilona Stouthamer, Lars van Soest, Paul van Veen, Arwin Verburgh, Jan Vrind, Arnold Westen, spelers en staf NEC Nijmegen.

Abonnementen en verschijning:

De TrainerCoach maakt onderdeel uit van uw lidmaatschap bij de VVON en is in het lidmaatschaps-geld verwerkt. Als u lid wilt worden van de VVON of u heeft een adreswijziging, dan kunt u contact opnemen met: Secretariaat VVON, Wim Adolfsen secre@vvon.nl, telefoon: 053-5360637

De TrainerCoach verschijnt vijf keer per jaar. © 2011. Sportfacilities & Media BV, Zeist
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of overgenomen in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, door fotokopieën, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor alle wijzigingen met betrekking tot uw lidmaatschap bij de VVON kunt u contact opnemen met het secretariaat van de VVON (zie boven). Nieuwe leden kunnen zich daar ook aanmelden.



Met je club op trainingskamp?



Trainingskampen.nl

Voor diverse toplocaties in binnen- en buitenland

Voor een compleet verzorgd trainingskamp tijdens de voorbereiding of in de winterstop. Informeer naar de mogelijkheden bij dé specialist met jarenlange ervaring! Ook voor diverse andere activiteiten...



Neem contact op voor meer info:

Tel : 078 - 629 15 77

Fax : 078 - 629 15 79

E-Mail : info@trainingskampen.nl

www.trainingskampen.nl

Taktifol



Taktifol, zodat ook uw Taktiek blijft hangen
De speciale folie voor een flexibele trainingsmethode



26,95 €
(Verzendkosten €7)

Bestel telefonisch: 0651-686756
Internet: www.taktifol.com
Internet: www.Soccerconcepts.nl



Taktifol Startset

Een rol Taktifol met Toebehoren (Draagtas, 2 stiften, notitie-blok)
(Een rol bevat 25 bladen bedrukt met voetbalvelden)



Taktifol voor trainers

Taktifol ondersteunt op een geniale en tegelijk eenvoudige manier het dagelijkse werk van de trainer. Ten opzicht van de bestaande taktiekborden biedt Taktifol veel nieuwe voordelen. Taktifol is compact en licht, hecht zich overal op vast en heeft een perfecte prijs-kwaliteitsverhouding.



Taktifol hecht zich overal aan vast

Doordat de achterzijde van een blad taktifol een zeer sterke elektrostatische lading heeft, hecht het blad zich eenvoudig vast op elke beschikbare ondergrond (deuren, wanden, behang, spiegels, muren etc etc) en kan zich zonder weerstand weer losrekken. En dat telkens weer! Simpelweg een blad van de rol losrekken, naar behoefte ergens op vast hechten en beginnen met uw uitleg van training of taktiek.



Taktifol is droog afwisbaar

Bij gebruik van de speciale taktistiften kan elk opschrift weer eenvoudig uitgewist worden. Op deze manier kunt u uw taktische aanwijzingen voor training en wedstrijd steeds gemakkelijk weer aanpassen.



Taktifol is zeer handig in gebruik !

Taktifol is bij uitstek geschikt voor mobiel gebruik, vooral bij uitwedstrijden. U hoeft geen koffer, koker of grote vellen papier meer mee te dragen.

Bestellen of meer informatie op www.taktifol.com of www.soccerconcepts.nl

U kunt ook telefonisch bestellen: 0651-686756 of per email: verkoop@soccerconcepts.nl