

**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**

Impressio Communicatie, 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.

# Inspiratie

Dit stukje is voor mij het einde en voor u het begin. Mijn werk zit er weer op, het nummer is af, alle puzzelstukjes zijn op hun plek gevallen. U heeft, waarschijnlijk extra gestimuleerd door de fraaie cover, het blad opengeslagen en mogelijk al snel de inhoudsopgave gescand. Die inhoud maakte me weer eens bewust van de veelzijdigheid van ons werkveld. Ook al bevinden we ons als maatschappij al meer dan een jaar in een ongekende impasse, toch signaleer ik volop beweging. Op de een of andere manier dienen zich steeds weer nieuwe invalshoeken aan om naar de sportende mens in al zijn facetten te kijken, met daarbij de ambitie om door beter begrip ook betere begeleiding te kunnen bieden. Dat blijft ons nu eenmaal fascineren. We houden vertrouwen dat we die begeleiding binnenkort weer in de volle breedte aan onze sporters kunnen gaan geven.

Het wachten daarop en de beperkingen die we ondervinden vallen ons steeds zwaarder. Dit nummer biedt u echter inspiratie om toch de zon achter de wolken te blijven zien. Zo vertelde atletiekcoach Bram Peters mij over de voordelen van de coronapauze, legt Wim Burgerhout uit waarom bewegen een deel van de oplossing kan zijn en geeft Erik Hein ons een 'tegeltje' mee dat inmiddels al bijna een eeuw oud is: *'Schenk me kalmte om te aanvaarden wat ik niet kan veranderen, moed om te veranderen wat ik wel kan veranderen en wijsheid om het verschil hier-tussen te zien.'* (Reinhold Niebuhr, 1934).

Hanno van der Loo  
hoofdredacteur *Sportgericht*

<b>De 400 meter onder het vergrootglas</b> Succesvol maatwerk voor 'flyers' en 'diesels' <b>Hanno van der Loo</b>	2
<b>De gouden kansen van het bewegingsonderwijs</b> Meer aandacht voor de betere beweging <b>Sebastiaan Platvoet, Marije Elferink-Gemser &amp; Chris Visscher</b>	7
<b>De spier als regelcentrum</b> Deel 2: Hoe bewegen de kans op COVID-19 zou kunnen verminderen <b>Wim Burgerhout</b>	12
<b>Focus, vertrouwen, veerkracht</b> Tien wijze lessen <b>Erik Hein</b>	17
<b>Loopt, lukt, leeft de training?</b> De verborgen agenda speelt mee! <b>Jeroen Koekoek &amp; Wytse Walinga</b>	20
<b>Veldrevalidatie na een VKB reconstructie</b> Essentiële schakel voor terugkeer naar sport <b>Wouter Welling</b>	25
<b>Tafeltennis transformeert</b> Van mannensport naar sport voor iedereen <b>Irene Faber &amp; Marthijn van der Wal</b>	28
<b>Muziek inzetten voor plezier en prestatie in de sport</b> Deel 2: Voor, tijdens en na het sporten <b>Lieke Schiphof-Godart</b>	34
<b>Je gaat het pas zien als je het doorhebt</b> Over tactische vaardigheden en teamsynergie <b>Germen van Heuveln</b>	40
<b>Padel</b> 'Nieuwe' racketsport zet opmars voort <b>Erik Riemens</b>	46

Foto cover: Henk Hommes

Het volgende nummer van *Sportgericht* (3/2021) verschijnt op 17 juni 2021.