

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.

Kunstenaar

Toen ik onlangs te gast was bij het NPO Radio 1 programma *Villa VdB* om iets verstandigs te zeggen over topsporters op leeftijd, in het bijzonder over tennisster Venus Williams die haar rentree maakte op de US Open, sloeg de presentator een onverwacht zijweggetje in en vroeg me wanneer er een einde zal komen aan het verbeteren van wereldrecords in de atletiek. Het absolute plafond moet zo langzamerhand toch wel een keer in zicht zijn, zo was zijn veronderstelling. Nu ben ik ook maar een mens, dus ik was geneigd het met hem eens te zijn. Maar ik besepte dat we er eigenlijk weinig zinnigs over kunnen zeggen.

Toen Sergei Bubka jarenlang het polsstokhoogspringen volledig domineerde en het wereldrecord (outdoor) in 1993 op 6m14 zette, konden we ons nauwelijks voorstellen dat deze hoogte ooit nog door iemand verbeterd zou worden. Maar ruim vijf jaar geleden slaagde Armand Duplantis daar toch in. Inmiddels heeft hij (op het recente WK) 6m30 gesprongen en is dat record van vijf jaar geleden voor hem *business as usual* geworden.

Hoe hij dat doet? Ik las een artikel waarin 'Mondo' (zijn alternatieve voornaam) een enigma werd genoemd. Het is me een raadsel waarom, maar lange tijd lukte het me niet om de betekenis van dat woord te onthouden. Een enigma is een verschijnsel dat je in verwarring brengt en waar je met verbazing naar kijkt. In mijn brein vloeien Mondo en enigma samen tot Moma. Die afkorting verzon ik natuurlijk niet zelf, want hij bestaat al: het Museum of Modern Art in New York. En toen begreep ik het: Duplantis is een atleet, maar bovenal een kunstenaar!

Hanno van der Loo
hoofdredacteur *Sportgericht*

Jacques van Rossum (1947-2024) Gedreven sportonderzoeker en dierbaar mens Hanno van der Loo	2
Optimale verdeling van trainingsintensiteit bij duursporters Een update Jurgen van Teeffelen	6
Optimaal inspelen op de menstruatiecyclus in teamsporten Lauren Gommers & Ruben Tirez	12
Hydratie als teamspel Van individuele dorst naar gezamenlijke vochtstrategie Floris Wardenaar	16
Scoren met een app Veerkracht in kaart gebracht Tom Stevens, Sebastiaan Platvoet & Ruud den Hartigh	22
Welzijn op het water Wat een trainingskamp echt met roeiers (m/v) doet Maaïke Waalkens & Ruby Otter	26
Weten is meer dan meten Kwalitatieve data verrijken de monitoring van sporters Wouter Timmerman, Filip Staes, Styn Vereecken, Kobe Houtmeyers & Arne Jaspers	32
Het trainersprofiel van Arne Slot Over leiderschap en voetbalvisie Rob Siekmann	36

Foto cover: Rob Pauel
Het volgende nummer van *Sportgericht* (5/2025) zal volgens de huidige planning verschijnen op 6 november 2025.