



## Personalia atleet

Naam:	Vereniging:
Geb. datum:	Verenigingstrainer:
Categorie:	Email trainer:
Tel:	Tel. Ouder:
Email:	Email ouder:

*Datum gesprek:*

*Aanwezig namens trainerscollectief:*

## Algemene situatie actueel

### 1. Privé/thuissituatie

### 2. School/studie

### 3. Gezondheid/blessures

### 4. Overig



## Sportbeoefening scherm sport

### 1. Ambitie

Beschrijf hier je doel op de lange en/of korte termijn. Je werkelijke aspiratie in het schermen.

### 2. Seizoen doelstellingen

Beschrijf hieronder kernachtig op welke seizoen doelen je gaat stellen zodat we al grofweg weten waar je aan werkt.

Er worden 2 soorten doelstellingen geformuleerd die een leidraad zijn voor sporter en begeleiders tijdens het lopende seizoen: prestatiedoelen en resultaatdoelen. Prestatiedoelen zijn doelen die te maken hebben met verbeteringen van de inhoud van de sportieve prestaties (ontwikkelstappen). Resultaatdoelen zijn doelen als kwalificaties, eindplaatsingen op ranglijsten en in competities.

#### Prestatiedoelen afgelopen seizoen

- A:
- B:
- C:

#### Prestatiedoelen seizoen 2019/2020

- A:
- B:
- C:

#### Resultaatdoelen afgelopen seizoen:

- A:
- B:
- C:

#### Resultaatdoelen seizoen 2019/2020:

- A:
- B:
- C:

# Intake document Degen KNAS seizoen 2019/2020



## 3. Toernooien en stages

Hieronder geef je aan welke kwalificatietoernooien je deel gaat nemen:

### Heren

Cadetten	Junioren	U23
<input type="radio"/> 5/6-Okt Budapest + team	<input type="radio"/> <b>09/10-Nov Riga JWC + team</b>	<input type="radio"/> <b>02/03-Nov Colmar</b>
<input type="radio"/> 19/20-Okt Belgrado + team	<input type="radio"/> 16/17-Nov San Salvador JWC	<input type="radio"/> 30-Nov/01-Dec Moedling
<input type="radio"/> 26/27-Okt Klagenfurt + team	<input type="radio"/> 07/08-Dec Tokyo JWC	<input type="radio"/> 25/26-Jan Busto Arsizio
<input type="radio"/> <b>09/10-Nov Luxemburg</b>	<input type="radio"/> <b>14/15-Dec Heraklion JWC + team</b>	<input type="radio"/> <b>22/23-Feb Berlijn</b>
<input type="radio"/> <b>30-Nov/01-Dec Kopenhagen + team</b>	<input type="radio"/> <b>04/05-Jan Udine JWC</b>	<input type="radio"/> <b>28/29-Mrt Gliwice</b>
<input type="radio"/> <b>7/8-Dec Bonn + team</b>	<input type="radio"/> 18/19-Jan Manama JWC	<input type="radio"/> <b>4/5-Apr Lausanne</b>
<input type="radio"/> <b>11/12-Jan Bratislava + team</b>	<input type="radio"/> <b>01/02-Feb JWC Belgrado + Team</b>	
<input type="radio"/> 25/26-Jan Espoo + team		

### Dames

Cadetten	Junioren	U23
<input type="radio"/> 5/6-Okt Budapest + team	<input type="radio"/> 16/17-Nov San Salvador JWC	<input type="radio"/> <b>02/03-Nov Colmar</b>
<input type="radio"/> 19/20-Okt Belgrado + team	<input type="radio"/> <b>23/24-Nov Laupheim JWC + team</b>	<input type="radio"/> 30-Nov/01-Dec Moedling
<input type="radio"/> 26/27-Okt Klagenfurt + team	<input type="radio"/> 07/08-Dec TBD JWC	<input type="radio"/> 25/26-Jan Busto Arsizio
<input type="radio"/> <b>09/10-Nov Luxemburg</b>	<input type="radio"/> <b>14/15-Dec Burgos JWC</b>	<input type="radio"/> <b>22/23-Feb Mannheim</b>
<input type="radio"/> <b>30-Nov/01-Dec Kopenhagen + team</b>	<input type="radio"/> <b>04/05-Jan Udine JWC</b>	<input type="radio"/> <b>28/29-Mrt Warschau</b>
<input type="radio"/> <b>7/8-Dec Heidenheim + team</b>	<input type="radio"/> 19/20-Jan Maalot JWC	<input type="radio"/> <b>4/5-Apr Lausanne</b>
<input type="radio"/> <b>11/12-Jan Bratislava + team</b>	<input type="radio"/> <b>01/02-Feb JWC Bratislava + Team</b>	
<input type="radio"/> 25/26-Jan Espoo + team		

# Intake document Degen KNAS seizoen 2019/2020



Hieronder een opsomming van andere competitie en van stages.

Trainingstoernooien***	Resultaattoernooien****	Trainingsstages

\*\*\*De term trainingstoernooi houdt in dat het een toernooi betreft waarbij de prestatie centraal staat en het resultaat ondergeschikt.

\*\*\*\* Met resultaattoernooi wordt bedoeld dat de eindplaatsing van belang is. De prestatie staat er ten dienste van. Bijvoorbeeld kwalificatietoernooien en titeltoernooien.

## 4. Trainingsvormen en uren per week

Vul hieronder in welke trainingen je per week wilt gaan doen en hoeveel uren je denkt te gaan maken. Hieronder voldoet een korte samenvatting per week in de schoolperiodes.

### Deliberate play:

Extra bewegingsvormen naast het schermen als andere sport, schoolgym, Athletic Skills in de warming-ups.

Athletic Skills: .. uur	Overig/andere sport: .. uur
-------------------------	-----------------------------

### Deliberate practice:

Dit is oefening in de doelsport schermen. Hieronder vallen schermtrainingen, lessen en trainingstoernooien.

Schermtrainingen in groep: .. uur	Schermles met trainer: .. uur
-----------------------------------	-------------------------------

### Krachttraining:

Een oefenprogramma bij een fysiotherapeutische praktijk dat voorziet in een regelmatige Full Motion Screening (FMS) en het maken een oefenprogramma.

FMS: .. keer per seizoen	Krachttraining : .. uur
--------------------------	-------------------------

# Intake document Degen KNAS seizoen 2019/2020



## Intentieverklaring

Hierbij verklaar ik me te willen kwalificeren voor deelname aan onderstaande titeltoernooien van 2019. Ik heb de kwalificatiecriteria begrepen en onderschrijf die evenals de werkwijze van het degenbegeleidingsteam (DBT) om deze criteria uit te voeren.

Cadetten	Junioren	Senioren	U23
<input type="radio"/> EK cadetten <input type="radio"/> WK cadetten	<input type="radio"/> EK Junioren <input type="radio"/> WK Junioren	<input type="radio"/> EK Senioren	<input type="radio"/> EK U23

Datum: .....

Handtekening schermer en ouder/verzorger: \_\_\_\_\_