

Katwijk, 7 juni 2018

## **GRASSHOPPERS BASKETBALL ZOEKT BELOFTEVOLLE SPEELSTERS EN SPELERS**

Grasshoppers biedt vanaf het seizoen 2018-2019 enthousiaste, gemotiveerde en beloftevolle meisjes en jongens extra trainingsmogelijkheden aan om de basketbaltop te bereiken. Het programma start ieder seizoen in de maand september.

Voor het Topsportprogramma Jeugd Grasshoppers wordt samengewerkt met de middelbare school Pieter Groen Katwijk, Topsport Talentenschool Leonardo College Leiden, CTO Amsterdam Vrouwenbasketball, Paramedisch Centrum Katwijk-Rijnsburg en Pieter Barnhoorn Vitaal Trainer.

Het Topsportprogramma is bedoeld voor alle basketballers vanaf de leeftijd van 12 jaar (brugklas middelbare school).

De deelnemer aan het programma volgt 1 van de 3 onderstaande lijnen:

1. Traint en speelt in een van de teams van Grasshoppers en neemt deel aan de extra trainingen die Grasshoppers aanbiedt. Deze bestaan uit 2 ochtendtrainingen op maandag en woensdag van 07.00 – 08.00 uur en op de zondagmiddag van 12.00 – 14.00 uur (om de week) op Pieter Groen Katwijk. De zondagtrainingen volg je mits er geen principiële bezwaren zijn bij de spelster/speler/ouders/voogd.
2. Traint en speelt in een van de teams van Grasshoppers. Daarnaast ben je Topsport Talent leerling en train je viermaal per week op het Leonardo College (je volgt een basketbaltechnisch en fysiekprogramma);
3. Traint en speelt in een van de teams van Grasshoppers. Je bent leerling op een middelbare school of student op vervolgonderwijs (MBO/HBO/WO) en je volgt een of meerdere malen per week het trainingsprogramma van het Leonardo College.

Na overleg van de TC van Grasshoppers met het CTO Amsterdam Vrouwenbasketbal kan de spelster van het Topsportprogramma soms ook deelnemen aan een of meerdere CTO trainingen<sup>1</sup>.

De extra trainingen van Grasshoppers worden gegeven door bekwame en gemotiveerde trainers.

Naast extra basketbaltrainingen bij Grasshoppers, het Leonardo College en/of het CTO biedt Grasshoppers ook mogelijkheden om onder deskundige begeleiding en aan de hand van trainingsprogramma's je fysieke fitheid te verbeteren.

De deelnemer aan het Topsportprogramma wordt jaarlijks medisch, fysiek en basketbalspecifiek getest om blessures te voorkomen en om op maat trainingsschema's op te kunnen stellen. In samenwerking met Paramedisch Centrum Katwijk heeft Grasshoppers al jaren een inloopsprek voor alle leden, dat uiteraard ook openstaat voor de deelnemers aan het Topsportprogramma. De deelnemer aan het programma krijgt zo nodig voorrang bij fysiotherapeutische behandeling.

Na aanmelding word je uitgenodigd voor de niveautrainingen, de data en tijdstippen hiervan worden later bekend gemaakt.

Ben je inderdaad de speler met topsportaspiraties, heb je het bijbehorende talent, en beschik je over voldoende mentale en fysieke kracht dan gaan we met jou en je ouders/voogd graag in gesprek om uitgebreider in te gaan op het Topsportprogramma. Is het vervolgesprek positief verlopen dan kun je je inschrijven. De gesprekken vinden plaats tussen 15 maart en 15 april.

Aan het Topsportprogramma zijn kosten verbonden, die afhankelijk zijn van welke lijn (zie boven) je gaat volgen. In het gesprek wordt hier nader op ingegaan.

Voor meer informatie stuur een mailbericht naar Huug Aandewiel, [ctsdames@grasshoppers.nl](mailto:ctsdames@grasshoppers.nl)  
Aanmelden en inschrijven vóór 15 maart bij Huug Aandewiel, [ctsdames@grasshoppers.nl](mailto:ctsdames@grasshoppers.nl)

---

<sup>1</sup> De trainingsmogelijkheid bij het CTO geldt alleen voor meisjes.