

Katwijk, 14 mei 2020

TOPSPORTPROGRAMMA JEUGD GRASSHOPPERS 2020-2021¹

Grasshoppers biedt in het seizoen 2020 - 2021 opnieuw enthousiaste, gemotiveerde en beloftevolle meisjes en jongens extra trainingsmogelijkheden aan om beter te leren basketballen.

Voor het Topsportprogramma Jeugd Grasshoppers wordt samengewerkt met Pieter Groen Katwijk, CTO Amsterdam Vrouwenbasketball, Ingrid van der Plas Paramedisch Centrum Katwijk-Rijnsburg en fysieke trainers Richard en Heidi van der Linden personal trainers/coaches Strong & Fit Hoofddorp.

Het programma wordt gecoördineerd door Huug Aandewiel (algemeen coördinator), Sonja Kuijt (trainingscoördinator) en Peter van Schie (adviseur). Naast Sonja is Ilse Kuijt de 2^e trainer en worden diverse experts in basketbal en in aan basketbal gerelateerde zaken ingezet voor clinics en workshops.

Het Topsportprogramma is bedoeld voor alle basketballers vanaf de leeftijd van 12 jaar (brugklas middelbare school). De kosten voor het Topsportprogramma bij Grasshoppers zijn 250 euro per deelneme. De resterende kosten van het programma worden gedragen door een aantal sponsoren.

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 inloopsprekkuur 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.

Trainingsprogramma:

- ✓ Dinsdag of woensdag 17.00 – 18.00 uur basketbaltraining Clejnduin
- ✓ Dinsdag of woensdag 18.00 – 19.00 uur fysieke training Clejnduin
- ✓ Donderdag of vrijdag 07.00 – 08.00 uur basketbal-/fysieke training Pieter Groen

Het programma start in de week van 7 september.

Iedere maand wordt er eenmaal gezamenlijk gegeten in de verenigingsruimte en worden er gelijktijdig voortgangsgesprekken gevoerd met de staf TSP.

In iedere periode is er op een van de zondagmiddagen een clinic/workshop basketball of een aan basketball gerelateerde activiteit

Ben je inderdaad de speelster/speler met aspiraties om je te verbeteren en beschik je over voldoende motivatie meld je aan vóór 15 juni 2020.

Voor meer informatie en aanmelden stuur een mail- of what's app bericht naar Huug Aandewiel, ctsdames@grasshoppers.nl of 0651624373.

Met sportieve groep,

Staf TSP

¹ We gaan er in dit schrijven vanuit dat de coronamaatregelen op 1 september 2020 zijn opgeheven en we weer vol aan de bak kunnen. Is dat niet zo, dan komen we met een aangepast programma en worden de kosten voor het Topsportprogramma aangepast.



Parlevliet & Van der Plas

TROTSE SPONSOR VAN HET TOPSPORTPROGRAMMA