

Federatie Oosterse Gevechtskunsten, Postbus 517, 3500 AM, Utrecht
Plan Topsport 2013 – 2016
Programma's: wushu stijlen heren (groep 4a); wushu sparren heren (groep 4a)

Federatie Oosterse Gevechtskunsten

**Plan Topsport
2013 - 2016**

**Programma's:
Wushu stijlen heren (groep 4a)
Wushu sparren heren (groep 4a)**



INHOUDSOPGAVE

1. Inleiding
2. Evaluatie 2009 – 2012
3. SWOT: richting Sportagenda 2016
4. Ambitie en doel 2013 – 2016
 - 4.1. Sporters
 - 4.2. Coaches en trainers
 - 4.3. Wedstrijden & competities
 - 4.4. Specialistische begeleiding
 - 4.5. Dagelijkse trainingssituatie
 - 4.6. Organisatie en leiderschap
5. Begroting
6. Bijlagen
 - 6.1. Trainings- en wedstrijdprogramma, inclusief weekplanning
 - 6.2. Contracten coaches

1. INLEIDING

Met de aangescherpte focus van de Sportagenda 2016 en de prestaties behaald in de voorgaande jaren hebben de heren programma's wushu sparren en wushu stijlen zich gekwalificeerd voor groep 4 A. Voor de damesprogramma's wushu – en het gehele programma kendo - is er een afbouwregeling tot aan 2016.

Dit plan topsport zet de lijnen uit voor de programma's:

- Wushu stijlen heren (groep 4A)
- Wushu sparren heren (groep 4A)

Beide programma's zijn full-time en staan onder volledige regie van de bond. De aansturing van beide programma's geschiedt vanuit de Nationale Commissie Topsport (NCT) waarin coaches, medische begeleiding en programma directie georganiseerd zijn.

Bij dit Plan Topsport horen tevens de wedstrijd en trainingsprogramma's, het TPA 2013 en de meerjarenbegrotingen 2013 – 2016 voor de betrokken programma's, die als separate stukken beschikbaar zijn en als documenten bij de subsidieaanvraag 2013 zijn opgeladen op het subsidieportaal.

Het Plan Topsport 2013 – 2016 is geschreven onder verantwoordelijkheid van de nationale commissie topsport (NCT).

Gerrit-Bartus Dielissen
Directeur FOG en portefeuillehouder topsport

2. Evaluatie 2009 - 2012

Wushu stijlen (voorheen: topsportprogramma taolu) en *Wushu sparren* (voorheen sanda) kende de afgelopen periode beide belangrijke sportieve successen. Dit is de vrucht van een goede samenwerking en succesvolle *pooling of resources* in de NCT, de materiele en immateriële ondersteuning vanuit NOC*NSF en VWS, en bovenal vanwege het talent en de professionele inspanningen van de topsporters en coaches in de nationale selecties.

Bij wushu stijlen presteerde een tweetal sporters, Baoyao Fei en Fang Oei, bij de top acht van de wereld. Bij wushu sparren is vanaf 2011 gewerkt met een stabiele begeleidingsstaf (bondscoach, assistent en medisch begeleider). Met dit begeleidingsteam is de basis gelegd voor een succesvolle deelname aan diverse internationale toernooien (Golden Gate Toernooi, San Francisco -Haller toernooi Bolzano Italy -Sanda Cup, Chongqing China). Met name A-statushouder Leendert-Jan Mulder wist zich te handhaven in de top 3 van de wereld.

Positief is voorts dat de jeugdselectie, van met name taolu, er in is geslaagd om tot de Europese (jeugd) top te gaan behoren. De prestaties op het EKJ in 2010 (Antalya, Turkije) waren hierin reeds bemoedigend, en de opwaartse prestatiecurve heeft zich ook in 2011 doorgezet. Deze resultaten komen voor een belangrijk deel op het conto van de in 2010 aangestelde jeugdcoach wushu stijlen, die vanuit twee grote trainingscentra in Nederland (Den Haag en Leeuwarden) jeugdig taolu talent opleidt. De volgende stap is de aansluiting bij de (jeugd) wereldtop. Hiertoe is op het WKJ te Macau (september 2012) een veelbelovend begin gemaakt waar twee atleten respectievelijk een 6^e (April Man) en 8^e plaats behaalde.

Bij de jeugdselectie wushu sparren is Ershad Azizi inmiddels doorgegroeid naar de seniorenklassen – met als beste sportieve prestatie in een seniorentoernooi in 2011, een vierde plaats op het Golden Gate Tournament in San Francisco.

De trainingsprogramma's wushu stijlen en sparren omvatten meer dan 250 trainingsdagen op jaarbasis. Voor 2012 lagen de kengetallen als volgt|:

- Wushu sparren: 285 trainingsdagen onder leiding van bondscoach en directie van de bond
 - Wushu stijlen: 269 trainingsdagen onder leiding van bondscoach en directie van de bond
- De organisatie en uitvoering van topsport binnen de FOG vindt plaats in de Nationale Commissie Topsport.

De nationale selecties wushu stijlen en sparren behoren voor de heren tot de top acht van de wereld. Om deze positie vast te houden en naar 2016 te versterken zijn investeringen in het MOP noodzakelijk. Wat betreft technisch kader is er voldoende capaciteit aanwezig om topsporters op adequate wijze te begeleiden.

3. SWOT: richting Sportagenda 2016

Kracht

De kracht van het programma ligt in de kennis die over de afgelopen jaren is vergaard. Strategie van de FOG was en is om met schaarse middelen zoveel mogelijk kennis te vergaren. Die strategie heeft mede dankzij een MoU (VWS) tussen China en Nederland in het loopjaar 2008, goed gewerkt doordat we een vruchtbare kennis uitwisseling hebben kunnen opbouwen met ondermeer het Tianzhe Boji instituut voor Wushu Sparren en het Beijing Wushu Instituut voor Wushu stijlen.

Met name de kennisuitwisseling tussen FOG voorzitter Henk Verschuur en Tianzhe Boji directeur professor Yang Yufong op het gebied van kennis brengen (sportwetenschap) en kennis halen (techniek, trainingsleer en strategie) mag als een van pijlers van beide programma's worden genoemd.

Daarnaast is sterk ingezet op begeleiding van de bondscoaches met name als het gaat om deze kennis plus de waardevolle elementen uit de diverse masters in coaching programma's (kennis die de FOG als in huis had en heeft). Hierbij is het pad gevolgd van 'de kennis in huis houden, verspreiden en verder uitbouwen'.

De vakkundigheid die het resultaat is van deze strategie zorgt er voor dat we met beperkte middelen ons in redelijkheid kunnen meten met de topsportprogramma van de directe concurrenten die overigens veelal over een veel ruimer budget beschikken, en bovendien uit een grotere poule sporters kunnen recruteran. De FOG de resultaten van de hier uiteengezette strategie in de FOG kennisbank opgeslagen waardoor deze ook duurzaam is en voor de komende jaren ook voor nieuwe actoren binnen de organisatie ontsloten kan worden.

Zwakheden

De zwakheden van de programma's liggen deels in de beperkte middelen en deels in de huidige conjunctuur.

Vanwege beperkte middelen kunnen we weinig internationale toernooien bezoeken en door de huidige conjunctuur zijn de atleten zelf nauwelijks in staat om dit met eigen middelen te doen. Het is evident dat deelname aan internationale toernooien de nodige ervaring genereert om beter te presteren op de WK(J) en EK(J).

Alle andere effecten van weinig deelname aan internationale toernooien zijn genoegzaam bekend; het is ondermeer een motivator voor talentvolle atleten om toch aan ons voltijdse topsportprogramma deel te blijven nemen, de beperkte mate waarin dit kan is een zwakte. Last but not least, het draaien van een volwaardig voltijds programma vraagt veel kunst en vliegwerk aangezien we dat nagenoeg op eigen kracht doen.

Mogelijkheden

In feite is bij de kracht van het programma al vermeld waar onze mogelijkheden liggen.

Onze kennis van wushu stijlen en sparren overstijgt die van menig land met een veel ruimer bemeten programma waardoor wij in de internationale uitwisseling mogelijkheden zien tot bartering. Onze atleten worden op basis van hun kwaliteit en prestaties uitgenodigd tot de meest prestigieuze toernooien tegen minimale kosten. Onze kennis en sportpolitieke inspanningen hebben geleid tot een respectvolle plaats in Europese en wereldbond (twee internationale bestuurlijke posities zijn in 2011 en 2012 verworven, respectievelijk die van vice-voorzitter en algemeen secretaris van de European Wushu Federation). Ook deze sleutelposities genereren mogelijkheden voor uitwisseling op het gebied van de internationale topsport. Samengevat ontsluit de combinatie van kennis, kwaliteit en sportpolitiek mogelijkheden voor sporters in beide programma's.

Bedreigingen

De grootste zorg voor is dat de middelen voor onze programma's steeds marginaler worden (sponsoring als alternatief is in onze sporten moeilijk te genereren) waardoor voortzetting van de huidige succesvolle strategie en programma in gevaar komt.

4. Ambitie en doel richting 2016

Ambitie gevoed door realiteitszin leidt tot de volgende conclusie. Er is voldoende wushu talent in Nederland dat met de bestaande technische en coaching kennis, topsportprogrammering binnen de FOG om sporters richting 2016 op te leiden tot sportieve prestaties in de top acht van de wushu wereld.

Doelen wushu sparren:

Momenteel staat in het wushu sparren een zwaargewicht (Leendert-Jan Mulder, A-status) al langdurig op een individuele top drie van de wereld, en in de middengewichtsklasse en junioren klasse, staan sporters binnen de top tien van de wereld. Het is de ambitie van het programma om deze top drie klasse handhaven en uit te bouwen met tenminste 3 medailles over de gewichtsklassen in de looptijd naar 2016 toe (senioren). Voor de junioren is de ambitie om een sporter in de top drie van de wereld te brengen.

Doelen wushu stijlen:

Ook voor wushu stijlen behoort al geruime tijd een A-sporter, Baoyao Fei, tot de absolute Europese top - meervoudig Europees kampioen taijiquan (vuist) en taijichen (zwaard) – en binnen de top 5 van de wereld. Het is de ambitie dat in de looptijd tot 2016 deze atleet een medaille bij op een WK haalt. Daarnaast is het de doelstelling van het programma dat op de WKJ twee sporters bij de top acht van de wereld aansluiting vinden.

4.1. Sporters

De beste senioren in beide programma's zijn zonder twijfel de huidige A-status houders:

- Leendert-Jan Mulder (90 + klasse sparren)
- Baoyao Fei (stijlen: taijiquan en taijichen)

Van hen wordt verwacht dat zij ook in de periode 2013 – 2017 de beoogde prestaties leveren. Daarnaast zijn er evenwel nog twee sporters waar de coaches hoge verwachtingen van hebben. Dit betreffen:

- Omar Drost (- 75 kg klasse sparren)
- Bart van de Meulen (wushu stijlen; brons taijiquan op EK Wushu 2011)

Sporters in de nationale selectie wushu sparren (senioren en junioren):

- 65 kg Bilal el Banay (junior)
- 70 kg Ershad Azizi
- 70 kg Danny Verhoeven
- 75 kg Omar Drost (junior)

-80 kg Melvin Westkamp
+90kg Leendert Jan Mulder

Sporters in de nationale selectie wushu stijlen:

Baoyao Fei
Gwan Pieters
Chilung Choi

Yung Han (junior)
Tim Sastrowiardjo (junior)
Liang Qi Soolsma (junior)
Nayra Fowler (junior)
Abigail Man (junior)
April Man (junior)

Zowel wushu stijlen als wushu sparren werken met een MOP; voor wushu stijlen is het talentontwikkelingsprogramma in 2009 extern beoordeeld en met twee sterren gecertificeerd.

4.2. Coaches en trainers

In beide programma's operen in totaal vier full-time coaches met een overeenkomst van opdracht zijn aangesteld bij de bond. In het talentenprogramma wushu stijlen is verder een trainer zonder overeenkomst werkzaam. Het betreft een instructrice bij een van de talent aanleverende verenigingen van de FOG – die de jeugdcoach assisteert in praktische zaken (management) bij de training en op (inter)nationale toernooien.

Wushu stijlen:

- De heer Baoxian Fei: coach senioren
- De heer Arlan Jongenelen: jeugdcoach
- Mevrouw Marit van Beek: assistant jeugdcoach

Wushu sparren:

- De heer Mustafa Azizi, coach senioren
- De heer Tim Zoutendijk, jeugdcoach

Contracten van de coaches zijn als documenten opgeladen op het subsidieportaal bij de betreffende programma's.

4.3. Wedstrijden & competities

De organisatie van WK's, World Cup's en deelname aan de SportAccord Combat Games vindt plaats onder auspiciën van de wereldbond: International Wushu Federation (IWUF). De wedstrijdkalender en uitslagen worden gepubliceerd op de website van de wereldbond:

www.iwuf.org

Op de website van de wereldbond worden ook de wedstrijdkalenders van continentale bonden geplaatst. Voor Nederland is daarin met name de wedstrijdkalender van de European Wushu Federation (EWUF) van belang. De Europese wedstrijdkalender, waaronder de EK's en EKJ, zijn te vinden op de website: www.ewuf.org

Het wedstrijdschema volgt de volgende logica:

- WK's en WKJ's alterneren (om het jaar)
- EK's en EKJ's worden vanaf 2010 gelijktijd door de Europese bond georganiseerd. Steeds in het jaar waarop geen WK senioren plaatsvindt
- SportAccord Combat Games worden vanaf 2009 georganiseerd in het jaar volgend op de Olympische zomerspelen. In 2013 in Sint Petersburg, Rusland
- NK's Wushu (integraal) worden in Nederland in de maanden juni of juli georganiseerd. Rekening houdend met de internationale wedstrijdagenda
- Jaarlijks bezoeken de nationale selecties wushu stijlen en sparren regionale en internationale wedstrijden om progressie en/of vormbehoud van sporters te meten.

Voor de looptijd 2013 – 2016 zijn de belangrijkste evenementen en bijbehorende ambities:

2013

WK Wushu, Kuala Lumpur, Malaysia

2nd SportAccord Combat Games, St. Petersburg, Russia

Ambitie: 2 atleten bij top 8 van de wereld

2014

EK Wushu, Antalya, Turkije

5e WKJ, Singapore

Sanshou (sparren) World Cup, China

Ambitie:

- 3 atleten bij top 8 van de wereld
- 2 gouden medailles stijlen op EK, 1 medaille (goud/zilver) bij sparren op het EK

2015

WK Wushu: Sydney, Australia

Ambitie: 3 atleten bij top 8 van de wereld

2016

EK(J) Wushu, locatie nog onbekend

6e WKJ, locatie nog onbekend

Sanshou World Cup, China (plaats nog niet bekend)

Ambities:

- 4 atleten bij top 8 van de wereld
- 5 medailles op de EKJ

4.4. Specialistische begeleiding

De sporters (en coaches) uit beide programma's worden in hun (trainings) werkzaamheden bijgestaan door een team van specialisten, waaronder:

Medisch begeleiding:
SMCP Gelderse Vallei - Dr. Gobes de Punder

SMA - Dr Niels Wijne (sportarts)
[Www.desportartsengroep.nl](http://www.desportartsengroep.nl)
Gsm, 06-24556771

Wouter witsel
Orthopedisch manueel therapeut en sportfysiotherapeut
Plexus uithoorn
Johan enschedeweg 180
1422Dr Uithoorn
[Www.plexusuithoorn.nl](http://www.plexusuithoorn.nl)

Voeding:
Seneca - Floris Wardenaar

Mentale begeleiding:
Drs. Rico Verhoven

Sportwetenschap:
Prof. dr. Marc Theeboom
Vrije Universiteit Brussel

4.5. Dagelijkse trainingssituatie

De nationale selecties wushu stijlen trainen in Den Haag (senioren) en Leeuwarden. Beide op vaste locaties, die volledig zijn ingericht voor training in wushu. Vanaf 2013 is er nationaal trainingscentrum wushu in de gemeente Den Haag, welke wordt uitgbaat door de vereniging Fei Wushu.

De nationale selecties wushu sparringen trainen op sportlocaties in Rotterdam, Arnhem (sportzaal 'Bullies'), in de vechtsporthal op Papenal en een buitenlocatie in Elten (Duitsland). Al deze trainingsruimtes zijn volledig geëquipeerd met trainingsmaterialen en wedstrijdmatten.

4.6. Organisatie en leiderschap

De topsportprogramma's wushu stijlen en sparringen zijn organisatorisch geïntegreerd in de bond in de nationale commissie topsport (NCT).

In de Nationale Commissie Topsport (NCT) van de FOG vervult de topsportcoördinator / technisch directeur een spilfunctie. Hij ondersteunt de coaches bij het maken van sporttechnische programma's en hij kent de ondersteunende regelingen voor Top Tien en topsporters van NOC*NSF. De topsportcoördinator en coaches bezoeken tevens de bijeenkomsten van het Nationaal Coach Platform en bespreken nieuwe ontwikkelingen en relevante informatie met elkaar door in de NCT. Ook is de topsportcoördinator de

intermediair naar de prestatie manager Topsport van NOC*NSF. De topsportcoördinator onderhoudt intensief contact met de coaches en organiseert bijeenkomsten waarbij alle trainers/leraren van 'hofleveranciers' voor de nationale selecties bij aanwezig zijn. Deze bijeenkomsten kunnen bijscholing van de trainer/leraren tot doel hebben en tevens dienen ze voor kennisuitwisseling en kennisverbreding tussen de aangesloten bonden van de FOG. Het intensieve contact tussen de topsportcoördinator en de coaches heeft tevens verbetering van de sporttechnische begeleiding en sporttechnische programma's tot doel. De leden van de NCT kunnen voorts hun voordeel halen uit het netwerk van deskundigen van het Topsport Expertise Centrum van NOC*NSF.

Coaches

De FOG heeft de overeenkomsten met haar coaches taolu en sanda in 2011 vernieuwd. Van beide topcoaches wordt de komende beleidsperiode ook verwacht dat zij hun kennis en ervaring in workshops en intervisie sessies delen met (aan te stellen) trainers in het talentontwikkelingsprogramma voor hun respectievelijke topsportdisciplines, en dat er binnen de NCT wordt gewerkt aan een sterkere teambuilding. Voorts is er een in 2011 een TC/technisch directeur aangesteld.

Ter versterking van het talent ontwikkelingsprogramma zullen in 2013 talentprofielen worden opgesteld voor 'beloftes', 'nationale talenten' en 'internationale talenten' en zullen deze profielen in het topsportprogramma van de bond worden ingebed.

Doelstellingen begeleiding:

- Verbeteren internationale prestaties van Nederlandse topsporters in de operationele topsportprogramma's
- Implementatie van het MOP taolu en versterking (kwaliteit en kwaliteit) van het programma
- Voorbeeldfunctie voor talentvolle (oosterse) vechtsporters in Nederland

Waar zal de ondersteuning uit bestaan?

- Sporttechnische ondersteuning: programmaontwikkeling, periodisering en techniekanalyse, scholing en ondersteuning van persoonlijke trainer.
- Sportmedische begeleiding: voeding en trainingsadviezen, periodieke medische keuringen, toernooibegeleiding, sportmassage, fysiotherapie, voorlichting dopingvraagstukken

Om deze uitgangspunten te kunnen realiseren wordt er binnen de FOG gewerkt met de hieronder beschreven topsportbegeleidingsstructuur, welke organisatorisch zijn geïntegreerd in de Nationale Commissie Topsport. De taken zijn opsommend als volgt:

Topsportbeleidsontwikkeling

- Beleidsvoorbereidend
- Strategisch beleid topsport
- Doorontwikkelen meerjaren visie
- Doorontwikkelen integrale beleidsontwikkeling
- Onderhouden externe relaties

- Innovatie

Topsportcoördinatie

- Beleidsuitvoerend
- Operationeel beleid topsport:
- Coördineren talentontwikkeling
- Organiseren bij en nascholing coaches
- Vastleggen van prestaties
- Vergelijken van prestaties
- Administratieve afhandeling evenementen
- Ondersteunen van aanvraag en afrekenen van gelden
- Periodieke evaluatie van de prestaties van de topsportprogramma's

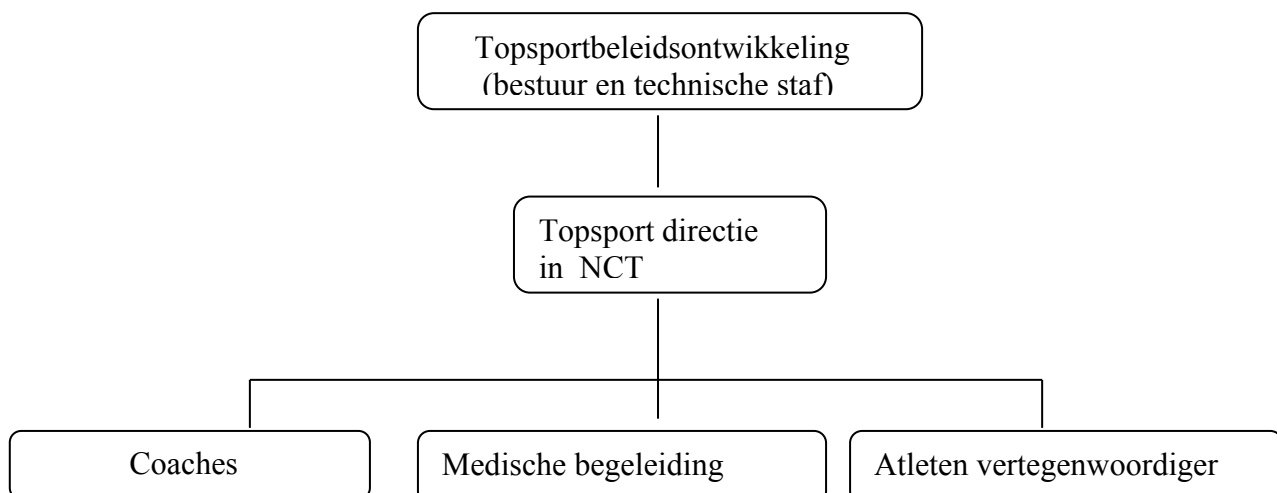
Medische begeleiding:

- Coördinatie (para)medische activiteiten van de topsportprogramma's
- Coördinatie en administratieve afhandeling medische keuringen atleten
- Onderhouden contacten met sportarts en sportmedische adviescentra
- Organiseren en coördineren van antidopingbeleid
- Organiseren van voorlichting over voeding, dopingvraagstukken en blessurepreventie
- Sportmedisch begeleiden van nationale selecties bij (inter)nationale wedstrijden

Coaches:

- Uitvoering sporttechnische programma sporter
- Uitvoering talentontwikkeling
- Ontwikkeling en evaluatie sporttechnische programma
- Bijscholing en zelfscholing, ondermeer via Nationaal Coaches Platform
- Beargumenteerde voordrachten voor deelname aan (inter)nationale wedstrijden

Begeleidingsstructuur topsport in schema:



5. Begroting

Voor het realiseren van doelstellingen en bijbehorende activiteiten zijn er voor de topsportprogramma's *wushu stijlen heren* en *wushu sparren heren* meerjarenbegrotingen opgemaakt die separaat via het subsidieportaal beschikbaar zijn gesteld aan NOC*NSF.

In procenten van de totaal begrote uitgaven, zijn de eigen bijdragen (inclusief sponsorgelden) van de leden (bond) voor elk van programma's en de looptijd van deze beleidscyclus als volgt:

Jaar	% Eigen bijdrage bond Wushu stijlen heren	% Eigen bijdrage bond Wushu sparren heren
2013	69 %	66 %
2014	67 %	73 %
2015	67 %	66 %
2016	70 %	66 %

6. Bijlagen

6.1. Trainingsprogramma, inclusief weekplanning, zijn als zelfstandige documenten bij de aanvraag op het subsidieportaal opgeladen. Het wedstrijdprogramma staat in 4.3 van dit Plan Topsport.

6.2. Contracten coaches

Contracten voor coaches senioren en junioren zijn separaat opgeladen als documenten op het subsidieportaal.