

AANBOD

TITEL:	Topsport Introductie Cursus		
VAN:	Changing Experience		
AAN:	Geïnteresseerde spelers en bowlingtrainers		
DATUM:	6 september 2008	VERSIE:	01-02

Beste spelers en bowlingtrainers,

Ik benader jullie met steun van de NBF voor een opleiding die in het seizoen 2008/2009 door mij zal worden aangeboden. Die opleiding heeft niet alleen de steun van de NBF, maar wordt ook warm aanbevolen door de NBF aan alle spelers en speelsters die hun kennis en het ervaren van hun spel willen verbeteren.

Onderstaand wordt het aanbod nader beschreven. Ik hoop dat dit voldoende duidelijk is, maar schroom niet contact met mij op te nemen als dat niet het geval is. Dit aanbod is voortgekomen uit het vorig jaar gestarte initiatief 'Beloftendivisie'. Het heeft echter niet alleen een andere naam, maar in overleg met de NBF ook een iets andere opzet met een iets ander doel gekregen. Veel van het goede van de Beloftendivisie van vorig jaar is echter bewaard gebleven.

De Beloftendivisie was in het leven geroepen om te leren wat een aanstaande topper zou moeten kunnen en kennen. Om spelers klaar te stomen voor de nationale top. Maar ook om spelers die deze ambitie misschien niet direct hebben, maar wel de ambitie hebben om te leren, van dienst te kunnen zijn.

Deze opleiding heeft dezelfde doelstelling, maar heeft een meer open karakter. Hierdoor wordt het voor een bredere groep interessant om kennis te nemen van het programma. Uiteindelijk is iedereen die deelneemt geïnteresseerd in ontwikkeling van zichzelf. Voor dit doel is een programma ontwikkeld. Een uniek programma. Spannend om aan deel te nemen, spannend om te organiseren!

Het programma sluit aan op het format dat aan de spelers van Team Holland wordt aangeboden. Belangrijkste verandering in Team Holland is de scheiding tussen opleidingsdagen en wedstrijddagen en dat zie je ook terug in de Topsport Introductie Cursus.

De Topsport Introductie Cursus wordt aangeboden en uitgevoerd door Changing Experience, met steun van de NBF.

De goede ervaringen van de deelnemers van vorig jaar hebben geresulteerd in dit vervolg. Vele nieuwe gezichten in de RTH Selectiegroep hebben vorig jaar aan de Beloftendivisie deelgenomen en zijn nu geselecteerd voor het grotere werk.

Beschrijving van de Topsport Introductie Cursus

De inschrijving is vrij voor iedereen en verloopt via Changing Experience.

Er kan ingeschreven worden voor het gehele programma (6 dagen), voor alleen het opleidingsgedeelte, alleen het wedstrijdgedeelte of zelfs voor 1 of 2 dagen.

De data van de wedstrijd- en opleidingsdagen van de Introductiegroep zijn:

Opleidingsdagen

1. 04 oktober 2008
2. 25 oktober 2008
3. 22 november 2008

Wedstrijddagen

4. 7 februari 2009
5. 7 maart 2009
6. 21 maart 2009

(De centra worden later bekend gemaakt. Het is de opzet de opleidingsdagen centraal in het land te laten plaatsvinden en de wedstrijddagen verspreid over het land)

Een opleidingsdag ziet er in principe als volgt uit:

10.00 - 12.30 baantraining (oliepatroon/patronen afhankelijk van thema;
2-3 personen per baan)

12.30 - 13.15 lunch

13.15 - 14.00 theorie/nabespreking

Een wedstrijddag is bijna hetzelfde:

09.30 - 12.30 wedstrijd (6 games AM; kort, lang of mixed patroon; 2 spelers per baan)

12.30 - 13.15 lunch

13.15 - 13.30 nabespreking

De baancondities worden verzorgd met de oliemachine van het betreffende bowlingcentrum. Dit betekent dat de machine vooraf ingesteld en gecontroleerd wordt. Op de wedstrijddagen zal er 1x op kort, 1x op lang en 1x op mixed gespeeld worden. Vooraf zal per mail bekend gemaakt worden op welk patroon er gespeeld wordt.

De puntenverdeling voor de wedstrijden van de Introductiegroep is aan dezelfde regels onderhevig als die van Team Holland (op te vragen bij NBF Topsport, Bettina Lund of via deze link <http://www.bowlingnbf.nl/cms/viewitem.php?id=3608>)

Er zijn echter maar 3 wedstrijddagen i.p.v. 4 en bovendien is het EBT toernooi in Tilburg niet verplicht gesteld voor de ranking.

Daarom is er één uitzondering op de regels van Team Holland:

van iedere speler van de Introductiegroep komt één resultaat (het slechtste) van de onderlinge wedstrijddagen te vervallen. Dit betekent dat bij ziekte of afwezigheid door overmacht het automatisch dát resultaat zal zijn en men om deze reden niet extra gedupeerd wordt. Iemand die alle keren meespeelt heeft wel het voordeel van alle keren een optimale kans hebben op een goed resultaat.

De punten in de wedstrijd worden alleen verdeeld onder de deelnemers die zich ingeschreven hebben voor het totale pakket. Incidentele deelnemers zijn uitgesloten van de ranking, maar kunnen zo wel ervaring opdoen voor een volgend seizoen.

De uitslagen worden ter plekke opgesteld en nagekeken door de deelnemers. Ze worden diezelfde dag doorgegeven aan de NBF ter verwerking in de ranking en vermelding op de website.

De NBF biedt de winnaars een gratis entry voor het NK A-klasse 2009 aan zodat ze de opgedane ervaring en geleerde lessen in praktijk kunnen brengen.

(Vanuit NBF topsport kan op dit moment, wegens onzekerheid over subsidiestroom en daaruit voortvloeiend het topsportbeleid voor 2009/2010, geen belofte worden gedaan in vorm van recht op promotie naar de Selectiegroep van Team Holland).

Beschrijving opleidingsdagen

Elke opleidingsdag draait om een thema met 1 of 2 centrale leervragen.

Door ervaring op te doen in de praktijk -ondersteund door leermiddelen en minimaal twee begeleiders- worden de deelnemers door dit thema geleid. Na afloop van elke dag worden de praktijkervaringen op hun waarde geschat en toegevoegd aan het arsenaal van de speler of trainer. Vooraf worden de deelnemers via de email benaderd om het thema voor te bereiden en een inschatting te maken van het kennis- en ervaringsniveau. Op basis hiervan wordt de baanindeling gemaakt.

Elk thema is apart te volgen. Het is dus mogelijk om bepaalde thema's uit te kiezen naar gelang de interesse of juist omdat dat thema een zwak onderdeel is.

1. zaterdag 4 oktober 2008

Thema:	Technische / tactische aanpassingen leren van 4 handposities, 3 snelheden en de relatie met axis rotation en axis tilt (en wanneer dit te gebruiken!)
Duur:	4 uur (aanvang 10.00 uur; inclusief lunch)
Locatie:	2½ uur banen, 45 min zaal
Inhoud:	Uitleg over de relatie tussen axis rotation/tilt en de wrijving van de bal op de baan. Uitleg over hoe je dit kunt veranderen. Oefenen van de verschillende technieken op de baan. Tevens oefenen van het leren kijken naar de rotatie van de bal en het effect van verschillende releases/snelheden op de loop van de bal. Leren hoe dit gebruikt kan worden in relatie tot verschillen in baancondities. Afsluiting met een wedstrijdgame met gebruikmaking van de geleerde technieken.
Doel:	Spelers en trainers dusdanig inzicht verschaffen in de verschillende technische aanpassingen die leiden tot tactische aanpassingen dat zij deze kunnen trainen en toepassen in de wedstrijd
Baanconditie:	Lange en korte patronen (2 x 3 variaties)

2. zaterdag 25 oktober 2008

Thema:	Bespelen van korte en lange patronen Leren kijken en leren aanpassen; hoe sneller/beter je het ziet des te eerder en zekerder ben je met aanpassen!
Duur:	4 uur (aanvang 10.00 uur; inclusief lunch)
Locatie:	2½ uur banen, 45 min zaal
Inhoud:	Uitleg over het waarom en hoe van korte/lange oliepatronen en de bijbehorende balreacties. (Voor de geïnteresseerden wordt er uitleg en demonstratie gegeven over de werking van de oliemachine. Voor hen start de dag om 09.30 uur!) Oefenen van verschillende lijnen en het ontdekken van de verschillende balreacties. Eveneens oefenen van verschillende ballen

- op dezelfde lijn en het ontdekken van die verschillen. Vervolgens komt men te weten waardoor en waarom dat zo is.
Afsluiten met een wedstrijdgame waarbij de speler de bal/lijn optimaal heeft aangepast aan het oliepatroon.
- Doel:** Spelers en trainers dusdanig inzicht verschaffen in de relatie tussen baanconditie en balreactie dat zij in staat zijn de optimale combinatie te kiezen én de vaardigheid in ontwikkeling hebben om dit toe te passen!
- Baanconditie:** Lange en korte patronen (2 x 3 variaties)

3. zaterdag 22 november 2008

- Thema:** **Hoe kom ik in flow?
Leren hoe je zonder moeite kan bowlen en het beste uit jezelf kan halen.**
- Duur:** 4 uur (aanvang 10.00 uur; inclusief lunch)
- Locatie:** 2½ uur banen, 45 min zaal
- Inhoud:** Uitleg over het begrip “flow” en hoe dit opgeroepen kan worden. Oefenen van de technieken op de baan om flow op te roepen door steeds de aandacht specifiek te richten op bepaalde aandachtspunten. Je leert hierdoor grip te krijgen op je spel en tegelijkertijd het gevoel dat je dit juist loslaat. Je denkt niet meer na, maar je doet het gewoon!
Door hiermee bewust bezig te zijn kom je tot de ontdekking wat er gaande is; wat je eigenlijk al heel lang wist maar nooit de vinger op kon leggen.
Afsluiting met een wedstrijdgame met gebruikmaking van de technieken om in flow te komen.
- Doel:** Spelers en trainers zijn in staat om geconcentreerd te spelen zonder grote inspanning. Zij hebben het gevoel ervaren van moeiteloos bowlen.
- Baanconditie:** 1 patroon.

Beschrijving wedstrijddagen:

- Elke wedstrijddag wordt gespeeld over 6 games, Amerikaans systeem
- met 2 spelers op een baan.
- De baanconditie wordt vooraf bepaald en medegedeeld per email aan alle deelnemers.
- De baanindeling wordt per loting gedaan bij binnenkomst.
- Na elke game wordt er gewisseld van baan.
- Na afloop van elke wedstrijddag wordt er een eindstand opgemaakt en worden de ranking punten verdeeld volgens het systeem dat door de NBF is aangegeven.
- Deze stand wordt gepubliceerd op de NBF website.
- Alleen de deelnemers die het volledige pakket afnemen hebben recht op de ranking punten.
- Overige deelnemers worden in een aparte uitslagenlijst opgenomen.

Na elke opleidingsdag wordt de deelnemers gevraagd een kort evaluatieformulier in te vullen. Eventuele vragen kunnen dan ook nog gesteld worden.



Aan het eind van de gehele reeks wordt een uitgebreide evaluatie gedaan. Dit kan zowel mondeling als schriftelijk zijn.

Het is zeer aan te bevelen om iemand mee te nemen naar de opleidings- en wedstrijddagen. Dit kan je persoonlijk trainer zijn of iemand anders die vaak bij je is. Deze persoon kan een rol spelen in je ontwikkeling naast de opleidingsdagen door tijdens andere wedstrijden en trainingen voor feed back op jouw uitvoering te zorgen.

Changing Experience

Is een eenmansbedrijf opgericht door ondergetekende, Jack Edelaar. Jullie kennen mij ongetwijfeld van de vele jaren die ik in dienst van de NBF in diverse functies heb doorgebracht. Op 1 september 2008 heb ik afscheid genomen.

Het is mijn ambitie om in de bowlingsport zowel als in andere takken van sport, maar ook bij bedrijven, een naam te verwerven als een uitstekende coach, opleider en “veranderaar”!

De naam van mijn bedrijf betekent twee dingen: een ‘veranderingservaring’ en het ‘veranderen van ervaring’. In het eerste geval onderga je een verandering en zie je dit als een, hopelijk rijke, ervaring waar je mee verder kan. In het tweede geval is het jouw ervaring die juist verandert. Wat je eerst als waar aannam, is nu wat minder waar en biedt mogelijkheden om eens wat anders te gaan doen. In beide gevallen staat ‘veranderen’ voorop.

Als je meer van hetzelfde wilt blijven doen, dan kan je beter ergens anders begeleiding zoeken.

Zie je verandering juist wél zitten, dan ben je aan het juiste adres voor deskundige begeleiding.

Uitgangspunt van de begeleiding is altijd de sporter zelf. Er wordt vanuit de ervaring van de sporter gewerkt. Dit betekent maatwerk voor de begeleiding. Maatwerk is echter in hoge mate afhankelijk van de beschikbare aandacht die er individueel besteed kan worden. Dat maakt vaak dat de prijs voor een individuele begeleiding vrij hoog komt te liggen. In de Introductiegroep is gekozen voor een groepsgewijze begeleiding. Hierdoor is de individuele aanpak wat minder, maar zijn de kosten beduidend lager.

Kosten

De kosten voor de gehele reeks van opleidingsdagen en wedstrijddagen bedragen € 350,- per deelnemer (inclusief BTW).

Hiervoor krijg je:

- 3 wedstrijddagen van 6 games
- 3 opleidingsdagen
- 6 lunches
- Bijbehorende informatie
- **Een veranderde ervaring!**

De NBF realiseert zich dat spelers veel moeten investeren en wil daarin haar taak serieus opvatten. Zij doet het mooie aanbod om deze investering samen te doen.

Na 21 maart is het mogelijk om bij de NBF het bedrag van € 170,- te declareren, mits je de gehele opleiding hebt doorlopen. (*)

Dit betekent dat de gehele Topsport Introductie Cursus voor jou als deelnemer **slechts € 180,- kost!**

(*) Hiervoor geldt een aanwezigheidsplicht van minimaal 5 van de 6 dagen. Bij grotere afwezigheid door overmacht zal dit per geval bekeken moeten worden en is ter beoordeling van de NBF.

De kosten voor een gedeeltelijke deelname is als volgt:

- Voor de gehele reeks opleidingsdagen (3): € 210,- (incl. BTW)
- Voor de gehele reeks wedstrijddagen (3): € 180,- (incl. BTW)
- Voor een enkele opleidingsdag (1): € 75,- (incl. BTW)
- Voor een enkele wedstrijddag (1): € 65,- (incl. BTW)

Als je wilt inschrijven voor het bovenstaande aanbod dan dien je dit kenbaar te maken aan ondergetekende door een mail of brief te sturen naar

Changing Experience
Fazantlaan 44
2211 KV Noordwijkerhout

of

info@changingexperience.nl

Zodra je het **gehele** bedrag van € 350,- hebt gestort op bankrekeningnr. 34 69 56 110 t.n.v. J.L.J. Edelaar, wordt je inschrijving bevestigd.

(Mocht je in aanmerking willen komen voor een gespreide betaling, dan dien je even persoonlijk contact op te nemen met mij.)

I.v.m. de planning en reserveringen dien je de inschrijving en betaling **vóór 1 oktober** gedaan te hebben.

Laten we een interessant en mooi seizoen tegemoet gaan!

Met vriendelijke en sportieve groeten,

Jack Edelaar