

Topsportplan Nederlandse Powerliftingbond

2009 - 2012



Naam document: Topsportplan NPB 2009 – 2012
Auteurs: *Leon Smeets/Carmen Sjardijn/Wim Wamsteeker*
Versie: 5
Status: definitief
Datum : 13 oktober 2008

Inhoudsopgave

| | |
|---|-----------|
| 1. MISSIE EN VISIE | 3 |
| 1.1 MISSIE | 3 |
| 1.2 VISIE | 3 |
| 2. EVALUATIEVERSLAG OKTOBER 2007 T/M OKTOBER 2008 | 5 |
| 3. DOELSTELLINGEN | 7 |
| 3.1 STAND ANNO 2008 | 7 |
| 3.2 BREEDTESPORT | 7 |
| 3.3 TOPSPORT | 9 |
| 4. FINANCIËN | 15 |
| 5. UITVOERINGSORGANISATIE | 16 |
| BIJLAGE 1: VOORBEELD VAN SELECTIEOVEREENKOMST 2008 | 18 |
| BIJLAGE 2: TOPSPORT JAARPROGRAMMA | 25 |
| BIJLAGE 3: MEERJARENBEGROTING 2009 - 2012 | 26 |
| BIJLAGE 4: AFKORTINGEN | 27 |

1. Missie en visie

1.1 Missie

De missie van de Nederlandse Powerliftingbond luidt als volgt:

Iedereen in Nederland kennis laten maken met en laten uitoefenen van alle onderdelen van de powerliftsport in recreatief – of wedstrijdverband.

Toelichting op onderdelen van de missie:

“Iedereen in Nederland” en “kennismaken en uitoefenen”

Momenteel zijn er 2550 fitnessbedrijven en sportscholen (peildatum: 2006) in Nederland waar ongeveer 2,1 miljoen mensen (peildatum: 2008) sporten. De personen die aan fitness doen voeren hoogstwaarschijnlijk ook één of meerdere onderdelen van het powerliften uit in hun fitnessprogramma.

Aangezien fitness de meest groeiende sport in Nederland is en er een groot aantal fitnessbedrijven/sportscholen bestaat, zijn er kansen genoeg om een breder publiek kennis te laten maken met de powerliftsport en deze uit te laten oefenen.

Diverse onderdelen van de powerliftsport

De powerliftsport bestaat uit drie onderdelen: squaten, bankdrukken en deadliften. Dit zijn de basisoefeningen in het fitness- en krachtsportprogramma ter ondersteuning van diverse andere sporten. In de afgelopen jaren is het onderdeel bankdrukken als apart wedstrijdonderdeel groeiende.

Recreatief – of wedstrijdverband

De NPB heeft 273 leden (peildatum: 2007) waarvan ongeveer 100 leden de wedstrijdsport uitoefenen bij 24 verenigingen (peildatum: 2008) die bij de bond zijn aangesloten.

1.2 Visie

De koers van de afgelopen jaren wordt voortgezet in de periode 2009 – 2012. De twee meerjaren doelen van de NPB in deze periode zijn de volgende:

1. het vergroten van het aantal recreatieve beoefenaren die onderdelen van de powerliftsport uitoefenen (breedtesport);
2. het vergroten van het aantal wedstrijdathleten dat mee kan draaien met de top op EK- en WK niveau in de powerliftsport (topsport).

Hoofdstuk 3 geeft de invulling van de koers voor de breedte- en topsport in de komende vier jaren. Hierna volgt een aantal zaken waaraan we gaan werken ter ondersteuning van genoemde meerjaren doelen. Aangezien de subsidiering vanuit NOC*NSF drastisch afneemt in de komende vier jaren, is de urgentie voor het werken aan de volgende zaken erg groot: publiciteit & sponsoring, vermarkten van de powerliftsport, het vinden van nieuwe sportvrijwilligers, sporters met een lichamelijke beperking zijn volwaardig onderdeel van de bond en een goed sportbestuur zijn de vijf grootste opgaven in de komende periode.

- **Publiciteit & sponsoring**

De in ontwikkeling zijnde publiciteitsstrategie moet gericht zijn op de lokale-, regionale- en landelijke pers. De bond dient proactief de publiciteit te voeren. Daarnaast is het imago van de powerlifter krachtigheid, een gemiddelde burger van Nederland en dopingvrij. Dit imago

brengt de bond ook voor het voetlicht in de pers en op tv. Met de selectieleden worden afspraken gemaakt over hun promotionele activiteiten voor de powerliftsport. Het vinden van lokale – en landelijke sponsors is een grote noodzaak voor het financieren van de powerliftsport en in het bijzonder van de in gang gezette topsport koers. Landelijke sponsors zijn noodzakelijk voor de financiële ondersteuning van de nationale selectie, workshops en organisatie van (inter)nationale wedstrijden. Aanvullend hierop kunnen lokale sponsors de lokale powerlifters ondersteunen in de uitoefening van hun wedstrijdsport en organisatie van wedstrijden.

- **Vermarkten powerliftsport**

De powerliftsport is een kleine niet-Olympische sport. Toch is het de basis ter ondersteuning van alle andere sporten. Dit betekent dat een groot deel van de 2,1 miljoen fitness beoefenaren onderdelen van de powerliftsport beoefenen. Dit biedt perspectief, maar vraagt wel om een goed marketingconcept. De al in gang gezette koers om meer workshops, beginners- en RAW wedstrijden te organiseren dragen hieraan bij, maar er is meer nodig om de sport onder een breder publiek te krijgen. Hier kan worden gedacht aan de Powerliftingbond komt naar u toe deze zomer en gaat dus de sportscholen/fitnessbedrijven/studentensportcentra in met powerliftworkshops, aangaan van een nauwe samenwerking met een aantal grote landelijke fitnessketens, ontwikkeling van een nieuw fitnessproduct (powerlift fitness) in samenwerking met een fitnessketen/opleidingsorganisatie/NBBF en inspelen op lokale initiatieven ter bevordering van sportstimulering en jongeren in de (achterstands)wijken (samenwerking met scholen en welzijnswerk).

- **Sportvrijwilligers**

Alle ideeën, acties en organisatie van wedstrijden kunnen alleen maar worden uitgevoerd indien er voldoende sportvrijwilligers zijn. Het is zaak om nieuwe sportvrijwilligers te werven en de bestaande te koesteren met een lichte onkostenvergoeding.

- **Sporters met een lichamelijke beperking volwaardig onderdeel van de bond**

De sporters met een lichamelijke beperking maken sinds 2008 onderdeel uit van de bond. De komende jaren zal bestuurlijk worden gewerkt aan het verder toegroeien van dit segment bij de rest van de bond. Dit moet uiteindelijk tot uiting komen in een gezamenlijk topsportplan 2012 – 2015.

- **Goed sportbestuur**

Komende jaren werkt de NPB verder aan de professionalisering van de bond door het hebben van een besturingsmodel, beleidsplannen, eenheid van organisatie en structuur, integer bestuur, reglementen en verantwoording af te leggen aan de ALV.

In het Meerjarenplan NPB 2009 – 2012 worden bovenstaande punten nader uitgewerkt.

2. Evaluatieverslag oktober 2007 t/m oktober 2008

Terug kijkend op het afgelopen seizoen kunnen we stellen dat we met name bij de vrouwen het internationaal zeer goed doen. De top van de vrouwelijke powerlift selectie bestaande uit Ielja Strik, Joanne Schaefer, en Brenda van de Meulen behaalde op het EK powerlifting in Oostenrijk 1 gouden medaille, 1 bronzen medaille en een 4^{de} plek.

Ielja wist op het WK de Russinnen en Oekraïense achter zich te houden om zo voor de 2^{de} keer wereld kampioen te worden.

Voor Joanne ging het WK moeizamer dan verwacht, door problemen van buitenaf was ze niet 100% fit. Toch weet ze er een 3^{de} plek te bemachtigen.

Omdat Joanne de leeftijd van 40 heeft bereikt kan ze internationaal ook aan Master wedstrijden deelnemen. Op het EK powerlifting in Luxemburg laat Joanne zien dat ze haar oude vorm weer gevonden heeft. Ze is weer op haar oude gewicht en blijft slechts 5 kg onder haar persoonlijke totaal record.

Brenda heeft afgelopen seizoen geprobeerd om in een lichtere gewichtsklasse mee te doen. Al snel bleek dat de prestaties hierdoor snel minder werden. Omdat ze teveel gewicht in een te korten tijd wilde afvallen heeft het bestuur besloten haar aan te spreken over dit punt. Nu ze weer op haar oude gewicht is zijn haar prestaties weer stijgende en verwachten we dat ze haar persoonlijke records in het komende seizoen zal verbreken. Dit jaar heeft Brenda haar PR buigen, banken en totaal verbeterd. Buigen en totaal op het EK en banken op het EK bankdrukken.

In de sub top van de vrouwelijke selectie heeft Judith Meerding de afgelopen jaren progressie geboekt. Na haar zwangerschap heeft ze de trainingen weer opgepakt en het wachten is op haar eerste wedstrijd om te zien of ze haar oude nivo weer kan bereiken. Tevens is de selectie uitgebreid met Carmen Sjardijn en Mieke vd Zwaag. Mieke is een persoon die de komende jaren nog verder dient te groeien. Wel heeft ze goede basis kracht die goed uitgebouwd kan worden. Carmen is goed aangehakt in de sub top met de mogelijkheid verder door te groeien. Komt uit in dezelfde gewichtsklasse als Judith, dus verwachten dat door de onderlinge strijd zij nog meer beide boven zichzelf gaan uitstijgen.

Bij de heren heeft Pjotr te kampen gehad van een schouderblessure die hem parten heeft gespeeld om optimaal te kunnen functioneren. Van Pjotr verwachten we dat hij weer op zijn oude nivo zal kunnen komen. Haalt hij dit moet hij in staat zijn om op internationale wedstrijden op het podium te kunnen eindigen.

In de subtop van onze selectie is Pardeep Kailey hard op weg om de aansluiting in het internationale veld te bewerkstelligen. Gezien zijn prestaties de afgelopen jaren en zijn progressie daarin heeft hij gezien zijn leeftijd nog tijd genoeg om zich nog verder te ontwikkelen.

De rest van mannelijke selectie zal er hard aan moeten werken om hun plek te behouden. De prestaties op nationaal nivo zijn goed, echter om internationaal mee te kunnen doen zullen ze verdere progressie moeten maken.

De 2 junioren hebben allebei mogen meemaken hoe het is om op een internationale wedstrijd uit te komen en behaalde op het WK een 10^e plaats. Voor het komende seizoen gaan we op zoek naar nieuwe junioren. Op dit moment hebben twee nieuwe junioren een keer mee laten

trainen met de selectie om te kijken of zij hierdoor geïnspireerd zijn. Dit zal blijken op hun eerst volgende wedstrijd in oktober 2008. Om voor de komende jaren nieuwe talenten te ontdekken en te begeleiden zullen we als bestuur projecten moeten ontwikkelen.

De bankdrukselectie heeft het afgelopen seizoen zeker bij de vrouwen weer goede resultaten laten zien. Ielja heeft op het WK bankdrukken voor de 4^{de} keer de titel wereldkampioen op haar naam kunnen schrijven. Brenda uitkomend in de 90+ klasse won een 3^{de} de plek.

Bij de heren was het Ad v/d Ven die een 13^{de} plek weet te bemachtigen.

Op het EK bankdrukken is het weer Ielja die beslag weet te leggen op de Europese titel. Al 5 jaar lang domineert ze het veld in de – 90 kg klasse.

Brenda laat op deze wedstrijd zien dat ze progressie heeft geboekt. Sinds haar optreden op het WK heeft ze 5 kg aan haar bank kunnen toevoegen, verder was dit resultaat een evenaring van haar persoonlijk record.

Verder deed Pjotr V/ D hoek mee in de – 90kg, niet helemaal lekker in zijn vel omdat zijn operatie aan zijn schouder hem parten speelt. Dit resulteerde jammer genoeg dat Pjotr 3 misbeurten had op deze wedstrijd.

Zeker bij de heren in de bankdrukselectie moet er hard gewerkt worden om internationaal binnen de top 10 te kunnen eindigen. Ook in deze selectie zal er met jonge talentvolle lifters gewerkt moeten worden om zo de aansluiting tot de sub top op internationale wedstrijden te kunnen bewerkstelligen.

Al met al zien we dat de vrouwen de meeste podium kansen hebben internationaal, bij de heren zal er hard gewerkt moeten worden om hetzelfde niveau te bereiken.

3. Doelstellingen

3.1 Stand anno 2008

Op dit moment bestaat de nationale powerlift- en bankdrukselectie uit 17 atleten, waarvan 6 vrouwen en 11 heren. Van dit aantal hebben 3 vrouwen de mogelijkheid bij de eerste 6 op een WK te eindigen. Bij de heren kunnen 2 heren bij de eerste 8 eindigen op een WK. De heren zijn op internationaal niveau groeiende. De overige selectieleden zijn atleten die mogelijk in de toekomst tot dit niveau (weer) kunnen gaan komen. Er is echter wel een tekort aan mannelijke - en vrouwelijke junioren die uiteindelijk zouden kunnen doorstromen naar het senioren niveau.

Er zijn 3 dames en 4 heren die aan internationale Master wedstrijden meedoen en dat niet onverdienstelijk doen.

In de breedte sport doen er in totaal ongeveer 10 vrouwen en 75 heren aan wedstrijdpowerliften. Bij het bankdrukken is dit aantal bij de dames gelijk en bij de heren ligt dat aantal op ongeveer 100.

3.2 Breedtesport

De breedtesport willen we vergroten door de invulling van het levenslang sporten in de powerliftsport aan te bieden. (Onderdelen van) De powerliftsport kan van jong tot oud worden uitgeoefend met een kleine kans op blessures. Dit betekent dat er activiteiten moeten zijn om subjunioren (t/m 18 jaar), junioren (t/m 23 jaar), senioren en masters (40 t/m 80 jaar) uit te dagen om de powerliftsport te beoefenen.

Op het moment dat de breedtesport toeneemt, bestaat er een grotere kans dat er ook meer atleten opstaan die naar het internationale niveau kunnen doorgroeien.

Om dit bovenstaande concreet te maken is hieronder een en ander in SMART (Specifiek, Meetbaar, Acceptabel, Realistisch, Tijdsgebonden) uiteengezet.

| | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 |
|----------|--|--|--|--|
| S | Minimaal 3 nieuwe vrouwelijke atleten worden actief in de powerliftsport. Minimaal 10 nieuwe mannelijke atleten worden actief in de powerliftsport. | Minimaal 3 nieuwe vrouwelijke atleten worden actief in de powerliftsport. Minimaal 10 nieuwe mannelijke atleten worden actief in de powerliftsport. | Minimaal 3 nieuwe vrouwelijke atleten worden actief in de powerliftsport. Minimaal 10 nieuwe mannelijke atleten worden actief in de powerliftsport. | Minimaal 3 nieuwe vrouwelijke atleten worden actief in de powerliftsport. Minimaal 10 nieuwe mannelijke atleten worden actief in de powerliftsport. |
| M | Mei en december | Mei en december | Mei en december | Mei en december |
| A | Ja gezien alle ondersteunende maatregelen ter bevordering van de breedtesport en omvang van de huidige wedstrijdathleten | Ja | Ja | Ja |
| R | Ja gezien alle ondersteunende maatregelen ter | Ja | Ja | Ja |

| | | | | |
|----------|---------------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| | bevordering van de breedtesport | | | |
| T | Januari t/m december 2009 | Januari t/m december 2010 | Januari t/m december 2011 | Januari t/m december 2012 |

Maatregelen in de breedtesport:

1. Het anti-dopingbeleid continueren.
2. Doorgaan met het organiseren van workshops/seminars van trainingen, zodat iedereen makkelijker bekend kan worden met de sport. Pure Kracht concept en dan bijvoorbeeld 2x per jaar voor de sporters en 1x per jaar voor trainers/coaches. Vanuit deze groep potentieel goede lifters selecteren. Deze kunnen doorstromen naar de beginnerselectie waar ze de mogelijkheid hebben om kennis op te doen.
3. Clubtrainers workshops te laten volgen om nog meer voor de bond in het kader van breedtesport te kunnen betekenen. Dit kan dus ook het opleiden van nieuwe begeleid(st)ers betekenen.
4. Organiseren van beginnerwedstrijden voor het powerliften (regionaal/nationaal), waarbij het niet noodzakelijk is de voorgeschreven wedstrijdkleding te dragen en waarbij maar minimaal 1 scheidsrechter aanwezig dient te zijn (instapwedstrijd model toepassen).
5. Organiseren van beginnerwedstrijden voor het bankdrukken. Dit onderdeel is een mooi middel om uiteindelijk in contact te komen met het powerliften. Daarnaast wordt bankdrukken bijna door iedereen die aan fitness doet gedaan. Vanuit deze groep potentieel goede lifters selecteren. Deze kunnen doorstromen naar de beginnerselectie waar ze de mogelijkheid hebben om kennis op te doen.
6. Alle sportscholen aanschrijven/mailen voor een lidmaatschap voor Powersport (tegen kostprijs) en daarbij gratis deelname aan eerste wedstrijden aanbieden. (Dus vereniging/sportschool hoeft niet gelijk lid te worden bij de NPB, maar mag de eerste keer gratis met atleten van zijn vereniging/sportschool deelnemen aan de beginnerwedstrijden. (zie 4 en 5)
7. Wedstrijden organiseren zonder pakken (RAW wedstrijden). Met als doel de stap om aan wedstrijden deel te nemen te verkleinen. Vanuit deze groep potentieel goede lifters selecteren. Deze kunnen doorstromen naar de beginnerselectie waar ze de mogelijkheid hebben om kennis op te doen.

3.3 Topsport

Ons huidig topsportniveau moeten wij de komende vier jaar continueren en dan stap voor stap uitbreiden.

Met een toenemend aantal wedstrijdathleten zal iedere atleet er meer voor te doen hebben om een zo hoog mogelijke klassering te realiseren.

| Dames topsport 2009 – 2012 | | | | |
|-----------------------------------|--|---|---|---|
| | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 |
| S | Minimaal 5 dames nemen deel aan internationale powerlift-/bankdruk-wedstrijden Minimaal 5 klasseringen in top 5 op EK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken | Minimaal 5 dames nemen deel aan internationale powerlift-/bankdruk-wedstrijden Minimaal 5 klasseringen in top 5 op EK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/ | Minimaal 4 dames nemen deel aan internationale powerlift-/bankdrukwedstrijden Minimaal 4 klasseringen in top 5 op EK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken | Minimaal 4 dames nemen deel aan internationale powerlift-/bankdrukwedstrijden Minimaal 4 klasseringen in top 5 op EK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken |

| | | | | |
|----------|---|--|---|---|
| | <p>Minimaal 3 klasseringen in top 8 WK niveau op junioren-/seniorenniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 4 medailles behalen op EK niveau op junioren-/seniorenniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 3 medailles op WK niveau op junioren-/seniorenniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 4 medailles behalen op EK- en WK niveau op master niveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 nieuwe vrouwelijke atleet maakt kennis met internationale powerlift-/bankdruk- wedstrijden</p> | <p>bankdrukken</p> <p>Minimaal 3 klasseringen in top 8 WK niveau op junioren-/seniorenniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 4 medailles behalen op EK niveau op junioren-/seniorenniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 3 medailles op WK niveau op junioren-/seniorenniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 4 medailles behalen op EK- en WK niveau op master niveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 nieuwe vrouwelijke atleet maakt kennis met internationale powerlift-/bankdruk- wedstrijden</p> | <p>Minimaal 3 klasseringen in top 8 WK niveau op junioren-/seniorenniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 4 medailles behalen op EK niveau op junioren-/seniorenniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 3 medailles op WK niveau op junioren-/seniorenniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 4 medailles behalen op EK- en WK niveau op master niveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 nieuwe vrouwelijke atleet maakt kennis met internationale powerlift-/bankdrukwedstrijden</p> | <p>Minimaal 3 klasseringen in top 8 WK niveau op junioren-/seniorenniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 4 medailles behalen op EK niveau op junioren-/seniorenniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 3 medailles op WK niveau op junioren-/seniorenniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 4 medailles behalen op EK- en WK niveau op master niveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 nieuwe vrouwelijke atleet maakt kennis met internationale powerlift-/bankdrukwedstrijden</p> |
| M | Mei (EK) en november (WK) | Mei (EK) en november (WK) | Mei (EK) en november (WK) | Mei (EK) en november (WK) |
| A | Ja gezien alle ondersteunende maatregelen ter bevordering van de topsport en enthousiasme van de huidige selectieleden en toppers. | Ja | Ja | Ja |
| R | Ja gezien alle ondersteunende maatregelen ter bevordering van de | Ja | Ja | Ja |

| | | | | |
|----------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| | breedtesport | | | |
| T | Januari t/m december 2009 | Januari t/m december 2010 | Januari t/m december 2011 | Januari t/m december 2012 |

| Heren topsport 2009 – 2012 | | | | |
|-----------------------------------|--|---|---|---|
| | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 |
| S | <p>Minimaal 3 heren nemen deel aan internationale powerlift/bankdrukwedstrijden</p> <p>Minimaal 2 klasseringen in top 5 op EK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 klassering in top 8 WK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op EK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op WK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op EK- en WK niveau op master niveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op EK- en WK niveau op master niveau bij het powerliften/bankdrukken</p> | <p>Minimaal 3 heren nemen deel aan internationale powerliftwedstrijden</p> <p>Minimaal 2 klasseringen in top 5 op EK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 klassering in top 8 WK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op EK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op WK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op EK- en WK niveau op master niveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 2 nieuwe mannelijke atleet maken kennis met internationale powerlift-</p> | <p>Minimaal 3 heren nemen deel aan internationale powerliftwedstrijden</p> <p>Minimaal 2 klasseringen in top 5 op EK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 klassering in top 8 WK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op EK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op WK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op EK- en WK niveau op master niveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 2 nieuwe mannelijke atleet maken kennis met internationale powerlift-/bankdrukwedstrijden</p> | <p>Minimaal 3 heren nemen deel aan internationale powerliftwedstrijden</p> <p>Minimaal 2 klasseringen in top 5 op EK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 klassering in top 8 WK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op EK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op WK niveau op junioren-/senioreniveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 1 medaille behalen op EK- en WK niveau op master niveau bij het powerliften/bankdrukken</p> <p>Minimaal 2 nieuwe mannelijke atleet maken kennis met internationale powerlift-/bankdrukwedstrijden</p> |

| | | | | |
|----------|---|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| | Minimaal 2 nieuwe mannelijke atleet maken kennis met internationale powerlift- /bankdruk- wedstrijden | /bankdruk- wedstrijden | | |
| M | Mei (EK) en november (WK) | Mei (EK) en november (WK) | Mei (EK) en november (WK) | Mei (EK) en november (WK) |
| A | Ja gezien alle ondersteunende maatregelen ter bevordering van de topsport, de progressie van de afgelopen 3 jaar en de inzet van de huidige selectie. | Ja | Ja | Ja |
| R | Ja gezien alle ondersteunende maatregelen ter bevordering van de breedtesport | Ja | Ja | Ja |
| T | Januari t/m december 2009 | Januari t/m december 2010 | Januari t/m december 2011 | Januari t/m december 2012 |

Maatregelen in de topsport

1. Het anti-dopingbeleid continueren.
2. In samen spraak met atleten een persoonlijk plan opstellen. Hierin een planning van wedstrijden en gerichte trainingsprogramma opnemen. Dit wordt dan onderdeel van de jaarlijkse selectieovereenkomst (bijlage 1), die aan het begin van het jaar wordt voorgelegd aan de huidige selectieleden en bij mogelijke nieuwe talenten op het moment dat het talent zich openbaart. Bijlage 1 is de voorbeeld overeenkomst van 2008. Eind 2009 wordt deze geëvalueerd met de atleten en aangepast aan de eisen van dit topsportplan.
3. Het kader (waaronder bondscoach en bondstrainer) workshops te laten volgen om nog meer voor de bond in het kader van breedte- en topsport te kunnen betekenen. Dit kan dus ook het opleiden van nieuwe begeleid(st)ers betekenen.
4. Uitbouwen van sponsors, zodat topatleten meer te bieden is. Het dus aantrekkelijk maken om voor de selectie te mogen uitkomen; momenteel alleen in natura zoals powerliftkleding en sportdrank.
5. Doorgaan met het organiseren van centrale trainingen en trainingsweekenden, waar gewerkt wordt aan de techniek, kracht opbouw, teamspirit en mentale aspecten van de sport.
6. Structureel gebruik maken van de trainingsruimte op Papendal. Hierdoor wordt het mogelijk vaker (voorstel +/- 1 per week op vrijdagmiddag) hier gebruik van te maken.
7. Ter verhoging van het aantal wedstrijd atleten op het NK powerliften nemen we het limiet van 400 Wilkins punten weg. Hierdoor komen er meerdere atleten in de verschillende gewichtsklassen uit.
8. Jaarlijks een topper (atleet, coach, expert, etc.) uit een andere (Olympische) sport uitnodigen om een gastlezing of -training te verzorgen aan de Nederlandse selectie. In

2009 wordt een atleet uitgenodigd die zijn doel op de Olympische spelen had gezet. Om op dat niveau te komen zul je prioriteiten moeten stellen, in het persoonlijk plan zullen we dan ook vaststellen wat de prioriteiten per atleet zal zijn.

9. Een start maken met de oprichting van een master selectie die deelnemen aan EK- en WK wedstrijden (powerliften en bankdrukken). Hiermee biedt de bond een doorgaande topsportlijn voor alle leeftijden. Daarbij kan Nederland zich ook internationaal op master niveau verder profileren.
10. Invulling van het 75 dagen criterium: de NPB biedt ruim 650 uur om het topsport jaarprogramma te realiseren (zie separate bijlage 2).
11. Meer focus op de juniorensselectie en meer deelname van junioren aan (inter)nationale wedstrijden, zodat er meer groei komt onder de junioren.
12. Internationale subtoppers dichterbij de top laten komen (plaatsen 4 t/m 6), waardoor prestaties in de breedte worden verbeterd.
13. Meer coaches betrekken bij de selectie, waardoor de diepte en bereidwilligheid aan nationale coachstaf worden verbeterd.
14. Om ruimte te maken voor de nieuwe generatie powerlifters zullen we afscheid moeten nemen van enkele atleten binnen de selectie. Op nationaal niveau kunnen deze lifters goed meekomen, internationaal is het echter onder de maat. We zullen dus kritisch moeten blijven monitoren welke progressie boeken.

(Inter)nationale wedstrijdkalender 2009

Uitgangspunt is dat de NPB minmaal aan de WEC, EK's en WK's deelneemt in de periode 2009 - 2012. De deelname aan overige internationale wedstrijden zal per geval worden bekeken.

| Data | Wedstrijd | Plaats |
|--------------------------|---|-------------------------|
| 25 januari 2009 | 1 ^{ste} Competitie Powerliften | Alkmaar |
| 08 februari 2009 | 1 ^{ste} Competitie Bankdrukken | Bergen op Zoom |
| 15 februari 2009 | Powerliftwedstrijd tot 400 wilk's | Geldrop |
| 28 februari 2009 | ER bankdrukwedstrijd | Denemarken |
| 06/08 maart 2009 | Arnold classic | Columbus Ohio/USA |
| 08 maart 2009 | A- NK Powerlifting | Onbekend |
| 04 april 2009 | NK Bankdrukken | Nijmegen |
| 15 t/m18 april 2009 | WK Bankdrukken (masters) | Taupo/Nieuw Zeeland |
| 6 t/m 10 mei 2009 | EK Powerliften | Ylitornio/Finland |
| 27 t/m 30 mei 2009 | WK Bankdrukken | Hamm/Luxemburg |
| 09 t/m13 juni 2009 | EK Powerliften (junioren) | Jonkoping/Zweden |
| 23 t/m27 juni 2009 | EK Powerliften (masters) | Pilsen/Tsjechië |
| 02 t/m 04 juli 2009 | WK bankdrukken junioren | Pilsen/Tsjechië |
| 16 t/m26 juli 2009 | World games | Kaohsiung Taipei/Taiwan |
| 6 t/m 8 augustus 2009 | EK Bankdrukken | Frydek Mistek/Tsjechië |
| 31 aug. t/m 6 sept. 2009 | WK Powerliften (sub- & junioren) | Sao Paulo/Brazilië |
| 18 t/m19 sept. 2009 | WEC Powerliften | Nederland |

| | | |
|--------------------------|--|--------------------|
| 04 oktober 2009 | Open Noord-Hollandse Kampioenschap Powerliften | Alkmaar |
| 30 sept. t/m 3 okt. 2009 | WK Powerliften (masters) | Sofia/Bulgarije |
| 08 oktober 2009 | 2 ^{de} competitie powerlifting | Alkmaar |
| 1 t/m 7 november 2009 | WK Powerliften | New Delhi/India |
| 22 t/m 24 oktober 2009 | EK Bankdrukken (masters) | La Louviere/België |

Overzicht Centrale Trainingen 2009

Jaarlijks wordt een planning gemaakt de centrale trainingen en trainingsweekenden voor de selectie. Hieronder volgt de planning van 2009.

| Data | Omschrijving | Plaats |
|----------------------|--|---------------|
| <i>17/18 januari</i> | Trainingsweekend | Papendal |
| <i>22 februari</i> | Vorbereiding NK Powerliften | Papendal |
| <i>12 april</i> | Vorbereiding EK Powerliften | Papendal |
| <i>24 mei</i> | Vorbereiding EK junioren | Papendal |
| <i>18/19 juli</i> | Trainingsweekend | Papendal |
| <i>6 september</i> | Vorbereiding WEC | Papendal |
| <i>18 Oktober</i> | Vorbereiding WK Powerliften | Papendal |
| <i>13 december</i> | jaarevaluatie, mogelijk trainingsweekend | Papendal |

De genoemde Centrale Trainingen in bovenstaande tabel zijn voor alle selectieleden verplicht met uitzondering van de Centrale Trainingen die specifiek voor een bepaalde internationale wedstrijd zijn georganiseerd, die Centrale Trainingen zijn alleen verplicht voor de betreffende selectieleden die op specifieke wedstrijd gaan uitkomen/deelnemen. Overige selectieleden mogen wel aanwezig zijn op die specifieke Centrale Trainingen.

De KNKF heeft schriftelijk medegedeeld dat de NPB de krachtsportruimte voor 20 uur per week kosteloos mag gebruiken. Deze 20 uur is verdeeld over de verschillende bonden en daardoor is het van belang voortijdig te reserveren. Vandaar de bovenstaande planning is opgevoerd.

4. Financiën

In de separate bijlage 3 is de financiële vertaling van het Topsportplan 2009 – 2012 gemaakt.

Het komt erop neer dat de komende vier jaar ruim € 300.000 nodig is ter bekostiging van de deelname aan minimaal WEC, Arnold Classics, EK's en WK's powerliften en bankdrukken voor junioren en senioren.

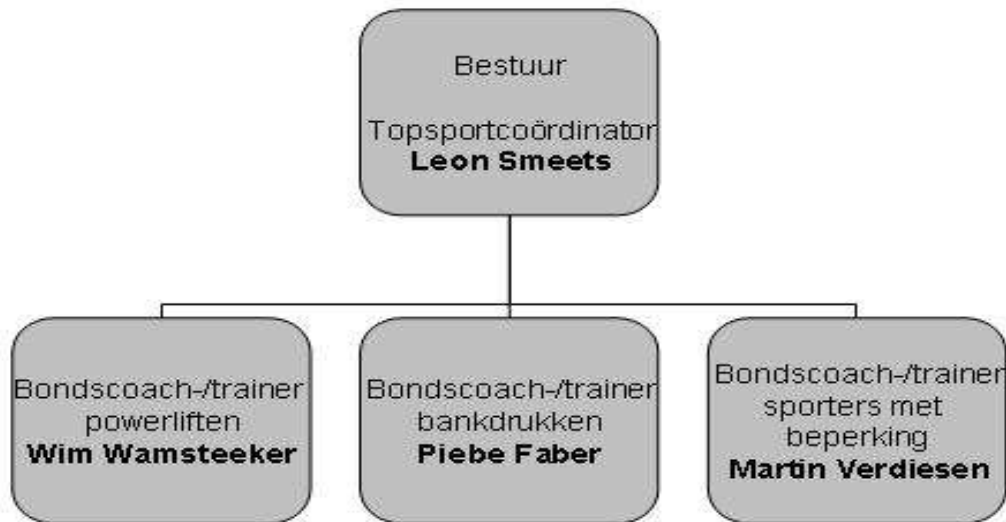
Daarnaast is de komende vier jaar ruim € 200.000 nodig ter bekostiging van de extra maatregelen in de organisatie van het topsportprogramma zoals centrale trainingen/trainingsweekenden, vergoedingen voor bondscoaches, organisatie van nationale wedstrijden, etc.

Daarnaast is de komende vier jaar ruim € 150.000 nodig voor ondersteunende maatregelen ter bevordering van de breedte- en topsport in Nederland zoals PR activiteiten, extra workshops, activiteiten binnen onderwijs- en welzijnssector in samenwerking met gemeenten.

Deels worden bovenstaande kosten gedekt vanuit de nog in ontwikkeling zijnde sponsorstrategie die in 2009 wordt uitgevoerd.

5. Uitvoeringsorganisatie

De uitvoeringsorganisatie van het topsportprogramma ziet er als volgt uit:



ies luiden

als volgt:

Topsportcoördinator

- Algehele leiding van de breedte- en topsport
- Aanwezig zijn bij de bestuurs- en ALV vergaderingen
- Bijhouden van het archief selectieleden
- Input leveren aan het Meerjarenplan NPB
- Opstellen van meerjaren-/jaarplan topsport
- Input leveren aan de penningmeester voor de bestedingsoopdrachten internationale wedstrijden
- Onderhouden van contacten met selectieleden
- Contactpersoon voor externe organisaties: NOC*NSF, KNKF, EPF, IPF, etc.
- Inschrijven van deelnemers aan internationale wedstrijden (nominaties)
- Monitoren van nominaties van internationale wedstrijden
- Rapporteren aan de voorzitter per kwartaal
- Teammanager van internationale wedstrijden
- Versturen van uitnodigingen centrale trainingen aan selectieleden
- Bewaken van het proces rondom trainingen vanuit de bond
- Beschikbaarheid voor internationale wedstrijden
- Inbrengen van het meerjaren-/jaarplan Topsport, het voorstel van deelnemers aan nationale selectie en internationale wedstrijden in het bestuur ter besluitvorming
- Verzorgen van de tussen-/eindevaluatie van het Topsportplan per half jaar resp. eind van het jaar in samenwerking met de bondscoaches.

Bondscoach-/trainer

- Verzorgt de inhoudelijke trainingen vanuit de bond in overleg met de topsportcoördinator

- Bijhouden van het archief trainingsgegevens van de selectieleden
- Opstellen van trainingsprogramma's voor selectieleden
- Verzorgen van de coaching van junioren, senioren resp. sporters met een beperking
- Coach tijdens internationale wedstrijden: bepaalt de kilo's tijdens de wedstrijd
- Aanwezig bij NK's en/of selectiewedstrijden
- Onderhouden van de contacten met selectieleden
- Input leveren aan het Meerjarenplan NPB en meerjaren-/jaarplan Topsport
- Jaarlijks voorstel maken van deelnemers aan nationale selectie
- Voorstel maken van afvaardiging van deelnemers aan internationale wedstrijden
- Bijdrage leveren aan de tussen-/eindevaluatie van het Topsportplan per half jaar resp. eind van het jaar aan de topsportcoördinator.

Bijlage 1: voorbeeld van selectieovereenkomst 2008

Deze selectieovereenkomst (de "**selectieovereenkomst**") is aangegaan door en tussen

_____, de ondertekenende atleet/atlete, in de selectieovereenkomst "**de atleten**" te noemen, en de Nederlandse Powerliftingbond (**NPB**), een "non-profit"-instelling, voor de duur zoals deze onderstaand is weergegeven.

Begripsbepalingen

- a. Het bestuur van de NPB heeft het programma rond de selectie powerlifting en bankdrukken ontwikkeld en goedgekeurd met als doel de prestatiegerichte training en wedstrijddeelname te ondersteunen voor atleten die zichzelf willen verbinden aan representatieve internationale evenementen zoals Europese- en Wereldkampioenschappen. De activiteiten staan onder verantwoordelijkheid van de topsportcoördinator.
- b. Leden van de selectie worden geselecteerd op basis van de criteria en/of de voorwaarden zoals hieronder weergegeven.
- c. De atleet die ondertekent, heeft voldaan aan de criteria en/of voorwaarden zoals hieronder beschreven en heeft een plek toegewezen gekregen in de selectiegroep, en is daarbij onderworpen aan de eisen en voorwaarden zoals verder beschreven. De atleet en de NPB wensen door de aangegane selectieovereenkomst hun wederzijdse rechten en plichten vast te leggen en te memoreren aan de criteria en voorwaarden waaraan atleten gehouden zijn die geselecteerd zijn in de selectiegroep van de NPB.
- d. Onder de genoemde internationale en nationale wedstrijden, worden alleen de wedstrijden verstaan die onder auspiciën zijn van de International Powerlifting Federation (IPF), European Powerlifting Federation (EPF) en/of Nederlandse Powerliftingbond (NPB).

Selectieovereenkomst

DIENOVEREENKOMSTIG, gelet op de gemeenschappelijke beloften en plichten hieronder weergegeven, komen de partijen de volgende zaken overeen:

I. Kwalificatie voor de selectie powerlifting en bankdrukken van de NPB

Om zich voor de selectie te kwalificeren voor de evenementen of activiteiten dienen de atleten minimaal de classificatie Nationaal niveau volgens de classificatienorm (zie II) van de NPB behaald te hebben en in te stemmen met de activiteiten die bij het jaarprogramma behoren, zoals dat elders in deze selectieovereenkomst is vastgesteld (zie IX).

II. Kwalificatienormen voor Europese- en Wereldkampioenschappen

In alle van de onderstaande mogelijkheden om toegelaten te worden in de nationale selectie van de Nederlandse Powerliftingbond zal de topsportcoördinator in samenspraak met de bondscoach en bondstrainer een advies per atleet indienen bij het NPB bestuur.

De kwalificatienormen voor de heren zijn:

Powerliften: Atleten die 520 punten of meer behalen.

Bankdrukken: Atleten die 150 punten of meer behalen.

De kwalificatienormen voor de dames zijn:

Powerliften: Atleten die 450 punten of meer behalen.

Bankdrukken: Atleten die 125 punten of meer behalen.

Heeft een atleet de vereiste classificatie punten behaald, dan gelden ze voor het gehele selectieovereenkomst jaar. Voor atleten die de vereiste classificatie punten hebben behaald zal de NPB de reis- en de hotelkosten in het seizoen 2007 geheel vergoeden, met de beperking dat de reis- en hotelkosten de begroting en/of eigen middelen van de NPB niet overschrijden. In dat geval zal de NPB een voorstel richting de gekwalificeerde atleten doen. Dit kan betekenen dat de betreffende atleet zelf de reis- en hotelkosten geheel of gedeeltelijk dient te betalen.

Voor selectieleden die niet aan bovenstaande kwalificatienorm hebben voldaan, kunnen mogelijk de onderstaande kwalificatienorm hebben behaald. Voor atleten die deze vereiste kwalificatienorm hebben behaald zullen voor de betreffende internationale wedstrijden (EK & WK) de reiskosten door de NPB worden vergoed, met de beperking dat de reiskosten de begroting en/of eigen middelen van de NPB niet overschrijden. In dat geval zal de NPB een voorstel richting de gekwalificeerde atleten doen. Dit kan betekenen dat de betreffende atleet zelf de reiskosten geheel of gedeeltelijk dient te betalen.

Powerliften: Atleten die 480 punten en minder dan 520 punten behalen.

Bankdrukken: Atleten die 140 punten en minder dan 150 punten behalen.

De kwalificatienormen voor de dames zijn:

Powerliften: Atleten die 420 punten en minder dan 450 punten behalen.

Bankdrukken: Atleten die 115 punten en minder dan 125 punten behalen

Daarnaast kunnen ook atleten, hieronder vallen ook subjuniores (t/m 18 jaar) en junioren (t/m 23 jaar), die niet aan de bovengenoemde criteria voldoen, uitgenodigd worden door de topsportcoördinator om deel uit te maken van de nationale selectie. Vooraf zal de topsportcoördinator, in samenspraak met bondscoach(es), een advies hiervoor neerleggen bij het NPB bestuur. Eventueel worden sub- & junioren door topsportcoördinator, in samenspraak met bondscoaches, aan het NPB bestuur voorgedragen om te mogen deelnemen het aan EK- en/of WK voor sub- en junioren.

Een atleet die niet aan beide genoemde kwalificatienormen heeft voldaan, mag ten alle tijden op eigen kosten deelnemen aan internationale wedstrijden. Dit is een voorrecht voor een atleet die deel uit maakt van de nationale selectie. Indien een atleet hiervan gebruik wil maken, zal de topsportcoördinator, net zoals in de andere gevallen, alles voor deze atleet regelen. De financiële afhandeling zal geregeld worden door de penningmeester van de NPB.

III. Opbouw puntentotalen

a. Puntentotaal

Bij de vaststelling van het hoogste puntentotaal dient het puntentotaal te zijn opgebouwd uit een resultaat van één internationale of nationale wedstrijd per kalenderjaar, gerekend vanaf 1 januari 2008. Dit wil zeggen, dat het om het hoogst behaalde totaal in kilo's gaat, welk is omgerekend naar een puntentotaal. Een puntentotaal wordt als volgt uitgerekend. Aan ieder lichaamsgewicht is een (wilks) coëfficiënt gekoppeld. Deze coëfficiënt wordt vermenigvuldigd met het behaalde totaal in kilo's en dit resulteert in het (wilks) puntentotaal.

b. Additionele puntentotalen

Voor de vaststelling van puntentotalen kunnen tevens de puntentotalen dienen die zijn behaald in de onder (a) bedoelde en door de NPB als zodanig erkende internationale evenementen.

c. Kwalificatie evenementen

De evenementen waar atleten geldende puntentotalen voor de onderdelen powerlifting en bankdrukken kunnen behalen zijn:

- a. Internationale wedstrijden voor junioren, senioren en master mannen en vrouwen.
- b. De NK 1^e klasse Powerliften mannen en vrouwen: selectie voor de EK powerliften mannen en vrouwen.
- c. De Open Noord-Hollandse powerlifting mannen en vrouwen: selectie voor de WK powerliften mannen en vrouwen.
- d. De NK junioren.
- e. Voor het bankdrukken de NK mannen en vrouwen: selectie voor de EK en WK bankdrukken.
- f. Alle dopinggecontroleerde wedstrijden in het seizoen.

d. Beperkingen

- a. Op het moment dat 3 atleten, in dezelfde gewichtklasse, zich hebben gekwalificeerd voor een internationale wedstrijd, dan zullen de 2 atleten met de hoogst getilde totalen (kilo's), getild in de betreffende gewichtklasse waarin uitgekomen gaat worden in de betreffende internationale wedstrijd, uitgezonden worden.
- b. Indien het aantal gekwalificeerde atleten het aantal overschrijdt welke uit mogen komen op een internationale wedstrijden, dan zullen de topsportcoördinator en bondscoach(es) een advies bij het NPB bestuur indienen. Het NPB bestuur zal dan uiteindelijk de beslissing hierin nemen.
- c. Bij overtreding van het dopingreglement kan de IPF en/of EPF de NPB een straf opleggen, waardoor bij een of mindere internationale wedstrijden de NPB minder of geen atleten mag afvaardigheden. Op het moment dat de straf minder atleten betreft, word het aantal atleten op basis van het hoogste aantal punten in dit kalender jaar geselecteerd. Mocht een atleet geen aanspraak doen op de plek, dan komt de atleet in aanmerking die daarna het hoogst aantal punten in dit kalender heeft getild.
- d. Indien een atleet of atlete de selectieovereenkomst 2008 niet heeft ondertekend.
- e. Zoals genoemd onder punt II dienen de eventuele de reis- en/of hotelkosten niet de begroting en/of eigen middelen van de NPB te overschrijden.

IV. Verantwoordelijkheden en verplichtingen selectie NPB

a. Trainingsprogramma

Een atleet deel uitmakend van de nationale selectie, heeft de mogelijkheid met een trainingsprogramma van de bond te trainen. Indien de ondergetekende atleet hier geen gebruik van wil maken, is hij verplicht voor aanvang van zijn trainingscyclus de bond inzicht te geven in zijn trainingsprogramma. Indien gewenst kan de clubtrainer van de atleet, begeleiding/ondersteuning krijgen van de bond.

b. Centrale trainingen selectie

De atleet dient op de aangewezen centrale trainingen voltijds aanwezig te zijn en volledig aan de trainingen deel te nemen die door de bondstrainer/coach en/of gasttrainer worden gegeven. Onder de nationale trainingen vallen ook de trainingsweekenden (zie X).

c. Jaarplan/logboek trainingen

Een atleet dient, in samenspraak met de topsportcoördinator en bondscoach(es) aan de door hem opgestelde trainingsactiviteiten naar oefenstof, volume, intensiteit en daarbij behorende wedstrijdoelen en wedstrijden/testen deel te nemen. Dit om het de topsportcoördinator en bondscoach(es) van de selectie de mogelijk te geven de vooruitgang van de atleet te volgen. Hiervoor dient de atleet regelmatig op basis van registratie zijn/haar resultaten aan de topsportcoördinator en bondscoach(es) te rapporteren. Op elke centrale training dient de atleet zijn/haar logboek mee te brengen.

d. Aanwezigheid in Nederland

Een atleet dient fysiek aanwezig te zijn binnen Nederland, tenzij het bestuur van de NPB deelname aan een competitie buiten Nederland heeft toegestaan of toegewezen. Over werkzaamheden in het buitenland dient men het bestuur van de NPB in te lichten.

- a. Een atleet woonachtig en werkzaam in het buitenland, deel uitmakend van de selectie, kan door het bestuur van de NPB ontheffing krijgen, mits hij kan aantonen dat hij in het land waar hij woonachtig is, lid is van een federatie aangesloten bij de IPF en onder hun in en out-of-competition dopingcontrole-systeem valt. Tevens dient de atleet minimaal 1x per jaar deel te nemen aan een nationale wedstrijd in Nederland. Daarbij dient de atleet zelf met een voorstel te komen hoe hij/zij het niet kunnen nakomen van zijn/haar plichten (denk hierbij aan het volgen van verplichte centrale trainingen) wilt compenseren richting de selectie en het bestuur van de NPB.

- e. Een onvoorzien verzuim tijdens IV lid (a) door ziekte of privé-zaken is toegestaan mits de atleet de verantwoording hiervoor schriftelijk indient bij de topsportcoördinator. Wel dient de atleet met een voorstel te komen hoe hij/zij het niet na kunnen komen van zijn/haar plicht wil compenseren richting de selectie en het bestuur van de NPB.

- f. In aanvulling op IV lid (d) geldt dat geoorloofde afwezigheid (zoals vakantie) toegekend kan worden mits dit minimaal zes weken voor ingang van de desbetreffende periode schriftelijk is aangevraagd bij de topsportcoördinator, bondscoach(es).

g. Sponsor- en promotionele activiteiten

Een atleet zal medewerking verlenen aan alle door de NPB of overstijgende sportorganisaties, zoals NOC*NSF, georganiseerde en door de IPF bepaalde sponsor- of promotionele activiteiten, inclusief het dragen van kleding en andere voorkomende zaken. Een atleet dient bij persoonsgebonden sponsoring daarom prioriteit te geven aan de sponsoractiviteiten van nationale of overstijgende organisaties.

h. Sponsormiddelen

Een atleet die kleding en/of andere zaken via sponsoring van de NPB ontvangt dient dit alleen voor persoonlijk gebruik te gebruiken. Dit betekent dat oude (niet meer gebruikte) wedstrijdkleding dient te worden ingeleverd bij het uitreiken van de nieuwe wedstrijdkleding het bestuur (lees secretaris). De kleding dient gedragen te worden op centrale trainingen, trainingsweekenden en internationale wedstrijden en op de reizen van en naar internationale wedstrijden.

Het aanschaffen van voedingssupplementen via de sponsor wordt gecoördineerd door een vast aanspreekpunt, dit om te voorkomen dat teveel voedingssupplementen worden

ingekocht, waardoor de mogelijkheid bestaat dat voedingssupplementen worden doorverkocht.

- i. Het bedrijven van topsport vraagt van alle bij de prestaties betrokken personen en organisaties een dominante keuze voor het willen behalen van een maximale prestatie. Alleen nadat deze keuze wordt gemaakt kan op het hoogste niveau worden gepresteerd. Bij alle beslissingen die de NPB met betrekking tot de topsport neemt zowel beleidsmatig als specifiek met betrekking tot bijvoorbeeld een individuele atleet is het maken van deze topsportkeuze uitgangspunt.
- j. Uitgangspunt voor het topsportbeleid van de NPB is het behalen van het hoogst mogelijke resultaat op Europese Kampioenschappen, Wereldkampioenschappen en World Games. De NPB kiest in alle gevallen voor de optie die, gelet op resultaten tot nu toe, de inschatting van de toekomstige resultaten en de specifieke omstandigheden van het moment, naar haar verwachting de hoogste mogelijke resultaten opleveren. Dit uitgangspunt prevaleert daarbij boven andere uitgangspunten de topsport betreffende zoals een evenredige verdeling van faciliteiten, tegemoet komen aan gewekte verwachtingen of in bijzondere gevallen zelfs het nakomen van gedane toezeggingen of handelen volgens de tot dan geldende regels.
 1. Ten aanzien van wijziging of aanvulling van dit reglement beslist het bondsbestuur.
 2. In situaties die niet in dit reglement beschreven zijn of situaties waar de bepalingen van dit reglement niet de gewenste duidelijkheid bieden beslist het bondsbestuur na advies van de technische staf.
- k. Coaching tijdens internationale wedstrijden geschiedt door 1 of meerdere bondscoaches van de NPB en/of door het NPB bestuur aangestelde perso(n)en(en).
- l. Op het moment dat het NPB bestuur twijfels heeft over de lichamelijke- en/of psychische toestand van de atleet, zijn zij gerechtvaardigd om de atleet niet te laten deelnemen aan internationale wedstrijden ook al heeft de atleet vooraf voldaan aan de betreffende kwalificatie eis.
- m. Een atleet doet altijd mee op eigen risico. Voor eventuele schade kan het NPB bestuur niet aansprakelijk gesteld worden.
- n. **Selectieovereenkomst**
De atleet dient de selectieovereenkomst te ondertekenen samen met de NPB en stemt hier mee in gebonden te zijn aan de termen en voorwaarden zoals in deze selectieovereenkomst zijn bepaald.
- o. Wijzigingen aangaande adres, woonplaats, telefoonnummers, emailadressen, etc. dienen direct bij wijziging doorgegeven te worden aan de topsportcoördinator, zodat deze ervoor kan zorgen dragen dat instanties (NOC*NSF, KNKF, Dopingautoriteit Nederland, e.d.) geïnformeerd kunnen worden.

V. Voordelen voor een selectielid

- a. Deelname aan internationale wedstrijden.
- b. Bij het behalen van de kwalificatienormen worden de reis- en/of verblijfkosten vergoed.
- c. Gebruikmaken van de sponsors van de NPB.
- d. Deelname aan centrale trainingen en trainingsweekenden.
- e. Kunnen in afstemming met topsportcoördinator & bondscoaches gebruik maken van de krachtsportruimte gebruiken op Papendal.

VI. Termijn

De termijn van deze selectieovereenkomst zal beginnen nadat deze is getekend door de atleet en de NPB en zal gecontinueerd worden tot en met 31 december 2008, tenzij op een of andere wijze ontbonden. De ondertekening kan op ieder moment van het jaar plaats vinden. Het is aan de topsportcoördinator en bondscoach(es) te bepalen wanneer zij een selectieovereenkomst aan een betreffende atleet aanbieden. Wel zullen zij dit vooraf met het NPB bestuur afstemmen.

VII. Verlenging

December 2008 zullen de topsportcoördinator en bondscoach(es) een gezamenlijk advies indienen bij het NPB bestuur om de selectieovereenkomst wel of niet voor 2009 te verlengen.

VIII. Ontbinding

Het bestuur van de NPB kan de selectieovereenkomst ontbinden bij één van de navolgende redenen:

- a. Een atleet voldoet niet aan de plichten van de NPB of NOC*NSF.
- b. Een atleet voldoet niet aan de plichten geldend in het kader van de dopingcontrolevoorschriften van NOC*NSF, EPF, IPF of NPB.
- c. Een atleet voldoet niet aan de regels voor of weigert deel te nemen aan out-of-competition dopingcontroles van Doping Autoriteit of enige andere vorm van medische controle door de NPB georganiseerd.
- d. Overschrijding in ongeoorloofd afwezigheid (3x), onbetamelijk gedrag (waaronder overmatig alcohol misbruik), weigering tot medewerking of positieve dopinggevallen die leiden tot verwijdering uit de selectiegroep van de NPB.

IX. Overzicht centrale trainingen en trainingsweekenden

Om de atleet in de gelegenheid te stellen eventuele acties te ondernemen om op de komende centrale trainingen en trainingsweekenden aanwezig te zijn, is onderstaand overzicht opgenomen in de selectieovereenkomst. Alle onderstaande centrale trainingen en trainingsweekenden zijn door NPB bestuur verplicht bevonden om te volgen, met uitzondering van centrale trainingen die specifiek georganiseerd zijn voor een bepaalde wedstrijd. Neem je aan die wedstrijd niet deel, dan is het volgen van die specifieke centrale training ook niet verplicht. Wel wordt het als een aanrader gezien, deze centrale training ook te volgen.

Indien de topsportcoördinator/bondscoach(es) van mening zijn, dat extra centrale trainingen, trainingsweekenden en/of trainingsstages noodzakelijk zijn voor de nationale selectie, zal de topsportcoördinator hiervoor een advies indienen bij het NPB bestuur. Zodra het NPB bestuur met het advies instemt, dan gelden voor deze extra activiteiten dezelfde voorwaarden genoemd in deze selectieovereenkomst.

De agenda van een 'standaard' centrale training ziet er als volgt uit:

| Programma | Tijd: |
|-----------------------|---------------|
| Aankomst | 10:30 – 11:00 |
| Voorbespreking | 11:00 – 11:15 |
| Trainen (uiterlijk) | 11:15 – 13:45 |
| Nabespreking training | 13:45 – 14:00 |

* Tijdens de centrale trainingen zal er voor sportdranken gezorgd worden.

| Data | Omschrijving | Plaats |
|-----------------|--|----------|
| 19 & 20 januari | Trainingsweekend | Papendal |
| 24 februari | Vorbereiding NK Powerliften | Papendal |
| 13 april | Vorbereiding EK Powerliften | Papendal |
| 18 mei | Vorbereiding EK junioren | Papendal |
| 5 & 6 juli | Trainingsweekend | Papendal |
| 24 augustus | Vorbereiding WEC & WK junioren | Papendal |
| 12 oktober | Vorbereiding WK Powerliften | Papendal |
| 14 december | jaarevaluatie, mogelijk trainingsweekend | Papendal |

X. Relaties

De partijen komen hierbij overeen en erkennen dat de relatie tussen de atleet en de NPB als onafhankelijk contractant gezien dient te worden en dat door deelname aan de selectie powerlifting of bankdrukken een atleet niet als werknemer of leverancier aan de NPB verbonden wordt.

XI. Rechtsgeldigheid

In geval een onderdeel van deze selectieovereenkomst als ongeldig, illegaal of niet van kracht zijnde wordt verklaard, blijft de geldigheid, legaliteit en bekrachtiging van de overige delen bestaan.

De selectieovereenkomst valt onder het Nederlandse rechtstelsel.

Aldus in tweevoud opgemaakt en ondertekend te: _____ Op _____

Naam in blokletters atleet: _____

Handtekening atleet: _____ Datum: _____

Indien een atleet minderjarig is

Handtekening ouder: _____ Datum: _____

Handtekening bestuur NPB _____ Datum: _____

De Nederlandse Powerliftingbond (NPB) is onder andere aangesloten bij de Koninklijke Nederlandse Krachtsport en Fitnessfederatie (KNKF), de European Powerlifting Federation (EPF) en de International Powerlifting Federation (IPF).

Post: NPB p/a W. Wamsteeker – Rietorchis 32 – 1906 HD Limmen

Contact: tel : 072-5052660

gsm : 06-51059252

e-mail : topsportcoordinator@powerliftingbond.nl

Bijlage 2: topsport jaarprogramma

Separate bijlage.

Bijlage 3: Meerjarenbegroting 2009 - 2012

Separate bijlage.

Bijlage 4: Afkortingen

| Term | Omschrijving |
|-------------|---|
| NPB | Nederlandse Powerlifting Bond |
| KNKF | Koninklijke Nederlandse Krachtsport Federatie |
| NK | Nederlands Kampioenschap |
| EK | Europees Kampioenschap |
| WK | Wereld Kampioenschap |
| WEC | West European Championships |