

1. Trainersbijeenkomst District II van 8 oktober 2007.

Aantal aanwezigen 23 en aantal afzeggingen 8 deze keer.

Na de opening om 20.15 uur wordt vastgesteld dat er geen wijzigingen zijn in de agenda, en de notulen van de vorige vergadering worden goedgekeurd.

De heer Hans van Noort, bij velen van U bekend als B-trainer en docent KNSA, geeft een inleiding over "Hoe kan een training eruit zien?" Hierin komen alle aspecten die bij het voorbereiden, uitvoeren en nabespreken van een training aan bod. Hans gaat in op de belangrijkste factoren die een rol spelen bij het opzetten van een training: zoals het **niveau** van de sportschutter (daaraan gelinkt het niveau van de trainer), de **tijd**, de **conditie** en de **schiettechniek**. Bij fysieke training denkt Hans aan de belastbaarheid en leeftijd van de sportschutter. Inzicht in de conditie van de sportschutter is hier noodzakelijk.

Periodisering krijgt ook de aandacht en Hans laat zien dat met de regelkring een sluitend periodiseringplan te maken is.

Na deze inleiding is een inventarisatie gehouden van punten die men graag besproken ziet met betrekking tot mentale en fysieke training. De resultaten zullen leiden tot een presentatie van een professional over ofwel mentale - ofwel over fysieke training.

Bij de rondvraag is de vraag gesteld hoe trainers om moeten gaan met sportschutters opgeleid volgens de "oude" methode en nu doorgroeien en in de regiotraining geconfronteerd worden met de "nieuwe" methode. Besproken is dat hier op de website teruggekomen wordt.

De volgende bijeenkomst is gepland op maandagavond 7 april 2008.

Tijdens de bijeenkomst is gevraagd hoe om te gaan met sportschutters (pistool) die volgens de "oude" methode zijn opgeleid en bij regiotrainingen geconfronteerd worden met de "nieuwe" methode. (afwijkend zijn houding, richten/ademen). Een passend antwoord kon toen niet gegeven worden. Navraag leert dat dit soort vragen en alles wat met opleiding te maken heeft gesteld kunnen worden aan het Bonds bureau, Opleidingen, de heer R. Lövering. Tel.: 033-4622388.