

## Informatie ouders mogelijke deelnemers Deventer Volleybal Academie - januari instroom



### **Is uw kind:**

- **Ingedeeld in CMV nivo 3,4,5 of 6, óf in de ABC-jeugd?**
- **Talentvol en helemaal gek van volleybal?**
- **Super fanatiek?**
- **Niet bang om moe te worden?**
- **Niet bang voor een beetje spierpijn?**
- **Lang en/of iemand met veel balgevoel?**



**GESCHIKT**



**ONGESCHIKT**

Als u alle vragen met een "JA" kunt beantwoorden, dan is uw kind uitgenodigd voor deelname aan de indelingstraining van de Deventer Volleybal Academie.

### **Wat is het doel?**

Het doel is uw kind in de gelegenheid te stellen zijn/haar passie te volgen, het maximale uit zichzelf te halen om te kijken hoever hij/zij in de volleybalsport kan komen. **Uw kind heeft nú de leeftijd dat het snel coördinatie en techniek aanleert.**

De trainingen zijn club-onafhankelijk! Door de toptrainingen van de Deventer Volleybal Academie gaat het niveau van het jeugdvolleybal in Deventer en omgeving omhoog en daar profiteren de kinderen en alle volleybalverenigingen van.

De Deventer Volleybal Academie is mijn persoonlijk initiatief in samenwerking met:

- Fysicx
- Avior en andere volleybalverenigingen in Deventer en omstreken, zoals ABS en Voorwaarts.

Dit schooljaar is alweer het 7<sup>e</sup> jaar!

### **Wat houdt het precies in?**

Volleybal is een technische sport, dat betekent dat je veel en kwalitatief goed moet trainen. De Deventer Volleybal Academie biedt uw kind de mogelijkheid om extra te trainen. Afhankelijk van het aantal kinderen en het niveau, zijn de tijden:

- Voor de kinderen in CMV nivo 3-4 (nieuwe teamindeling): vrijdagmiddag van 15.30-16.30 uur.
- Voor de kinderen in B-, C- en CMV nivo 5-6 (nieuwe teamindeling): vrijdagmiddag 16.30 – 18.00 uur.

We trainen in zaal 5 van de Scheg. Per schooljaar komt dit neer op ongeveer 40 toptrainingen! Tot de zomervakantie zijn dat nog ongeveer 20 trainingen.

De intentie moet zijn om de rest van het schooljaar mee te doen. Mocht het écht helemaal niet lukken, dan spreken we hier apart iets over af bijvoorbeeld een time-out.

### **Hoe zit het met de fysieke belasting en mogelijke blessures?**

De fysieke belasting gaat natuurlijk omhoog en uw kind zit in de groei. In principe hoeft dit geen probleem te zijn, maar om alle risico's zo veel mogelijk uit te sluiten, wordt:

- Geadviseerd vooraf eenmalig een sportkeuring te laten doen.
- iedere training begonnen met een goede warming-up en Movement Preps. Dit zijn oefeningen die grote en kleine spiergroepen sterker maken. Onderzoek wijst uit dat hiermee 75% minder blessures optreden.
- een goede paramedische zorg geleverd. Bij iedere training komt een fysiotherapeut even kijken of er problemen zijn en vindt er desnoods een diagnose en een eerste behandeling plaats. Voor CMV niveau 3-4 is dit op aanvraag.



### **Hoezo aanwijzingen per persoon op maat?**

Niet iedereen is hetzelfde, kinderen ook niet. Men heeft ontdekt dat mensen op een verschillende manier bewegen. ActionTypes is een methode om de mentale en bewegingsvoorkeuren van uw kind te bepalen. Als uw kind vanuit zijn/haar voorkeur wordt aangesproken en ook op zijn/haar voorkeur mag bewegen, dan gaat uw kind veel sneller vooruit en beleeft het veel meer plezier aan het volleybal. Het stelt mij als trainer in staat om uw kind precies op maat aanwijzingen te geven.

Hiervoor zal ik bij u thuis een ActionTypes test afnemen en u ter plekke nadere uitleg geven. Omdat de uitslag van de ActionTypes-testen ook betrekking heeft op de mentale voorkeuren van uw kind, geeft het ook inzicht in 'pubergedrag' en is het ook bruikbaar om richting te geven aan studiekeuzes ed.

### **Wat betekent dit voor de volleybalclub?**

Voor de club van uw kind biedt het alleen maar voordelen. De Deventer Volleybal Academie is een aanvulling op het volleybal-aanbod van de club. Uw kind blijft gewoon in zijn/haar eigen team. Uw kind gaat alleen veel sneller vooruit en daar heeft het team en de club veel aan. Voor de club kan ik stageplekken bieden voor jeugdtrainers in opleiding en ik zal desgewenst 1x per jaar een clinic voor de jeugdtrainers verzorgen.

### **Kan het in combinatie met RTC en Regio-trainingen?**

De trainingen van de Deventer Volleybal Academie zijn een áánvulling op de RTC- en regio-training. Een combinatie is dus prima mogelijk.

### **Wat zijn de ervaringen van vorig jaar?**

Uit een enquête blijkt dat de Deventer Volleybal Academie voor de 6<sup>e</sup> achtereenvolgende keer een rapportcijfer 8 van de ouders en dit jaar zelfs een 9- van de kinderen krijgt!

### **Hoe gaat de indeling in zijn werk?**

Hierbij zijn u en uw kind uitgenodigd mee te doen aan een indelingstraining. Hierbij zal ik de kinderen zoveel mogelijk op een gelijkwaardig niveau indelen. Past het niveau van uw kind niet bij de groep, dan kan hij/zij dus ook nog afvallen of in een andere groep worden ingedeeld! Bereidt uw kind hier op voor. De groepen zijn minimaal 8 en max. 24 kinderen groot. Na afloop is er gelegenheid om vragen te stellen.

**Wanneer:** Vrijdag 10 januari 2020

**Waar:** De Scheg, zaal 5

**Hoe laat:** Voor CMV niveau 3-4 van 15.30-16.30 uur

Voor CMV niveau 5-6, C en B-jeugd 16.30-18.00 uur.

### **Hoe kunt u uw kind aanmelden?**

Stuur een mail met naam, geboortedatum en team naar [dva@johnogink.nl](mailto:dva@johnogink.nl)

### **Wat zijn de kosten?**

Voor het totale pakket van trainingen en zaalhuur bedragen de kosten:

- Voor CMV nivo 3 en 4: € 125 voor de 2<sup>e</sup> helft van het schooljaar tot de zomervakantie.
- Voor de overige deelnemers: € 200,= voor de 2<sup>e</sup> helft van het schooljaar tot de zomervakantie.

Voor de indelingstraining zijn geen kosten verschuldigd. De kinderen die de vrijdagtrainingen combineren met de regiotrainingen op zondag, krijgen een korting van € 50,= per kind.

Eventuele behandelingen door Fysicx worden in principe vergoed door uw ziektekostenverzekering. De sportkeuring is meestal onderdeel van een aanvullende verzekering. Het raadzaam uw verzekering hierop te checken.

Voor de ActionTypes-test is éénmalig aanvullend € 50,= verschuldigd.

De sportkeuring en ActionTypes-test zijn niet nodig voor de deelnemers van vorig jaar.

We trainen uniform. De nieuwelingen krijgen dan ook een eigen T-shirt met zijn/haar eigen naam. Dit is bij de kosten inbegrepen.

### **Wanneer beslissen tot definitieve deelname?**

U heeft een paar dagen tijd om de knoop door te hakken en de definitieve deelname per mail te bevestigen.

### **Wat is het resultaat?**

De trainingen zijn gericht om uw kind individueel beter te maken. Hij/Zij wordt sterker, sneller en de techniek gaat met sprongen vooruit. Door de ActionTypes benadering zal het zelfvertrouwen van uw kind toenemen. De kinderen krijgen in januari en voor de zomervakantie een uitgebreid rapport. Mocht u meer willen weten over uw kind, kunt u me na de training altijd even aanschieten of hiervoor een afspraak maken. Al zou uw kind dit maar één jaar doen, dan is dat al een basis waar het zijn/haar hele verdere volleyballeven plezier van heeft.

**Wil uw kind meedoen, stuur dan een mailtje naar: [dva@johnogink.nl](mailto:dva@johnogink.nl)**

Heeft u vooraf vragen, bel me dan op: 06-36535904.

Ik zie u en uw kind graag verschijnen op de indelingstraining!

Groet John Ogink

VT-4 trainer en gecertificeerd Action Types practitioner



De kanjers van 2018-2019!

