



**SPORT.**  
VLAANDEREN

Beste clubs,

Beste trainers,

Sinds vorig jaar is de VHV terug erkend als topsportfederatie door SportVlaanderen. In dit kader heeft SportVlaanderen een budget vrijgemaakt voor talentdetectie-en ontwikkeling in het handbal. Een budget dat door de VHV, in samenwerking met de LFH & de KBHB, wordt gebruikt voor een 'individueel fysiek ontwikkelingsproject' onder de noemer 'BE STRONGER'.

Dit project is in voege gegaan tijdens het lopende seizoen 2017-2018 met als doelstelling om van alle spelers de atletische kwaliteiten(kracht, snelheid, lenigheid) te ontwikkelen door middel van individuele trainingen en individuele opvolging naast de groepstrainingen met de selectie.

Wij wensen echter niet alleen selectiespelers te ondersteunen met dit project, maar ook op bredere basis te werken richting alle clubs, en bijgevolg alle spelers/speelsters.

Vanuit dit principe organiseren wij op **zaterdagvoormiddag 10/02/2018** een **bijscholing krachtraining** te Leuven. Deze bijscholing wordt gegeven door **Marlon Gevaert**, de overkoepelende verantwoordelijke voor de trainingsschema's en de opvolging op alle locaties binnen het BE-STRONGER project.

De doelstelling van deze bijscholing is om aan allen een eerste aanzet te bieden tot correcte krachtraining als toevoeging/meerwaarde aan het handbal bij de jeugd. Tijdens het verloop van de bijscholing zal theorie met praktijk worden gecombineerd, dit om de trainers een goede basis te geven krachtraining correct te kunnen toepassen binnen hun eigen trainingen.

**Praktische info:**

**Wanneer:** Zaterdag 10/02/2018, 10h00 – 12h00

**Waar:** Powerzaal Gebouw De Nayer, Tervuursevest 101 3001 Leuven  
(<https://www.kuleuven.be/sport/accommodatie/gebouw-de-nayer#Powerzaal>)

**Kostprijs:** Deze bijscholing kadert binnen het BE-STRONGER project en is bijgevolg gratis voor de deelnemende trainers.

**Credits:** Deze bijscholing is geldig voor 2 credits niveau A, B & C. Eveneens geldig voor sporttechnische coördinatoren.

**Inschrijven:** Inschrijven kan via mail naar [jelle.vonckx@handbal.be](mailto:jelle.vonckx@handbal.be)



**SPORT.**  
VLAANDEREN

Via deze weg wens ik jullie allen uit te nodigen om deze bijscholing bij te wonen.

Met sportieve groeten,

Jelle

Jelle Vonckx

Topsportcoördinator VHV

[Jelle.vonckx@handbal.be](mailto:Jelle.vonckx@handbal.be)

+32 472 08 21 17

Jonathan Vandeberg

Sporttechnisch coördinator LFH

[Jonathan.vandeberg@handball.be](mailto:Jonathan.vandeberg@handball.be)

+32 474 74 87 63