



# HUB werking U16 seizoen 2025-2026

## Uitnodiging Screeningstrainingen

Beste Spelers & Speelsters J16 en M16 seizoen 2025-2026,

Beste Ouders, Beste Trainers,

Wij (de Vlaamse Handbalvereniging) willen jullie uitnodigen om je kandidaat te stellen voor de HUB selecties.

Dit is de eerste stap in de selectiewerking van de Vlaamse Handbalvereniging (VHV) en de Koninklijke Belgische Handbalbond (KBHB).

De HUB werking (vroegere regioselecties) omvat de U14 en U16 selecties van de verschillende regio's.

Jongens en meisjes van de Selectie J16 en M16 trainen wekelijks in elke regio.

Tijdens de Kerstvakantie/Paasvakantie en examenperiodes onderbreken we de trainingen.

Wij zijn ervan overtuigd dat deze extra trainingsarbeid alleen maar tot meer, betere en snellere ontwikkeling van de spelers & speelsters kan leiden. Wij hopen uiteraard dat jullie ons hierin kunnen volgen en jezelf of je spelers/speelsters ondersteunt om te kunnen en willen deelnemen aan de selectiewerking.

Er zijn 5 HUB's waarin wordt gewerkt:

- Luik
- Waals-Brabant - Henegouwen
- Antwerpen - Vlaams-Brabant
- Limburg
- Oost-West - Vlaanderen

Tijdens de trainingen ligt de focus voornamelijk op de individuele ontwikkeling van de spelers/speelsters zoals ook omschreven in de VHV ontwikkelingslijn, en wordt er daarnaast gewerkt op het samenspel in functie van de toernooien.

### **Belangrijke opmerking:**

**De trainingen met de selectie zijn een surplus en dienen niet als vervanging van een clubtraining!** Deze extra trainingen zijn een kans om jezelf als spelers/speelster verder individueel te verbeteren en te ontwikkelen in de richting van topsport!

Naast de trainingsarbeid staan er gedurende het seizoen 4 toernooien op het programma tussen de verschillende HUB's in België (op een aantal toernooien kunnen ook buitenlandse gastploegen aanwezig zijn). Begin januari nemen we mogelijk nog deel aan 1-dags toernooi in Nederland (meer info volgt nog). Daar spelen we tegen een aantal handbalscholen uit Nederland.

### Programma Hub toernooien 2025-2026 (richturen zijn 10u tot 16u30)

- 11 november 2025: HUB toernooi Vlaanderen
- Begin januari 2025 : toernooi Nederland (onder voorbehoud)
- Weekend 3,4 of 10,11 januari 2026: HUB toernooi in Wallonië
- maart 2026: HUB toernooi in Vlaanderen
- 1 mei 2026: HUB toernooi in Wallonië

We bekijken nog of we extra kunnen aanbieden: (onder voorbehoud/mogelijk wordt hier een bijdrage voor gevraagd van de spelers/speelsters)

- Voorwedstrijd Vlaamse U16 selectie Red Wolves/Black Arrows
- Toernooi Kerstvakantie
- Afsluitend eendaags toernooi einde mei/begin juni

### SCREENINGSTRAININGEN

Om de selecties samen te stellen zullen open trainingen plaatsvinden, waarin een aantal wetenschappelijke testen (van fysieke kwaliteiten, maturiteit, handbalvaardigheden, wedstrijdsituaties) worden afgenomen. Daarnaast wordt uiteraard aandacht besteed aan een sporttechnische screening.

Na deze open trainingen wordt een selectie opgemaakt.

Deze selectietestdagen/screeningsmomenten zullen plaatsvinden op volgende data en uren. Bij inschrijving word je op beide data verwacht.

#### 1. Overzicht van de screeningstrainingen

**Hub AVB (provincies Antwerpen en Vlaams-Brabant):** Sporthal de Bist: Koningin Elisabethstraat 7-9, 2610 Wilrijk

*Woensdagen 7 en 14 mei 2025 van 14u tot 16u voor de meisjes geboren in 2010 en 2011*

*Woensdagen 7 en 14 mei 2025 van 15u tot 17u voor de jongens geboren in 2010 en 2011*



**Hub Limburg:** Sporthal Alverberg: Herkenrodesingel 33, 3500 Hasselt

*Woensdagen 14 en 21 mei 2025 van 14u tot 16u voor de meisjes geboren in 2010 en 2011*

*Woensdagen 14 en 21 mei 2025 van 14u tot 16u voor de jongens geboren in 2010 en 2011*

**Hub Oost-West (Provincies Oost en West-Vlaanderen):** Sporthal Hekers: Ter Linden 29, 9052 Zwijnaarde

*Zondagen 4 en 11 mei 2025 van 9u tot 11u voor de meisjes geboren in 2010 en 2011*

*Zondagen 4 en 11 mei 2025 van 10u tot 12u voor de jongens geboren in 2010 en 2011*

**Wat steek je in je spelers tas naar de trainingen?**

- Voldoende drank
- Sportgerief
- Handbalschoenen
- Handbal
- Douchegerief
- 1 Rolletje tape

Na afloop van de beide screeningstrainingen wordt een selectie gemaakt voor seizoen 2025-2026

## 2. Trainingsdagen/uren gedurende het seizoen 2025-2026

**Regio AVB (provincies Antwerpen en Vlaams-Brabant)**

**Sporthal de Bist:** Koningin Elisabethstraat 7-9, 2610 Wilrijk

**Meisjes:** elke woensdag van 14u tot 16u

**Jongens:** elke woensdag van 15u tot 17u

**Regio Limburg**

**Sporthal Alverberg:** Herkenrodesingel 33, 3500 Hasselt

**Meisjes en jongens:** elke woensdag van 14h00 tot 16h00

**Regio Oost-West (Provincies Oost en West-Vlaanderen)**

**Sporthal Hekers:** Ter Linden 29, 9052 Zwijnaarde

**Meisjes:** elke zondag van 9u tot 11u

**Jongens:** elke zondag van 10u tot 12u



### 3. Inschrijven

Wil jij er graag bij zijn? Wil jij laten zien dat je gemotiveerd bent en ook wat in je mars hebt? Heb jij het talent maar vooral het doorzettingsvermogen om door te breken in de handbalsport?

Schrijf dan voor 20 april in via volgende link:

<https://form.jotform.com/250362648389366>

We hopen op een talrijke opkomst. Aarzel dus zeker niet niet, en kom tonen wat je waard bent! Ook clubtrainers zijn welkom, kom gerust een kijkje nemen!

### 4. Bijdrage deelnemers

Om onze U16 selectiewerking kwantitatief en kwalitatief te kunnen organiseren vragen we een bijdrage van 200 euro aan de deelnemers. Dit is voor de spelers/speelsters die weerhouden worden na de screeningstrainingen (de open trainingen (screeningstrainingen) zijn gratis).

Wat krijg je hiervoor in de plaats:

- Deelname aan alle selectietrainingen
- Deelname aan de toernooien (indien geselecteerd)
- Kledijpakket Erima (winkelprijs = 200 euro)
- Korting op aankoop kledij Erima
- Verzekering
- 1 ticket voor Red Wolves of Black Arrows (1 wedstrijd)

Spelers die 2024-2025 al deel uitmaakten van de HUB selectie U16 kunnen hun kledij pakket behouden (hun bijdrage bedraagt 100 euro).

Aarzel niet om ons te contacteren bij vragen en/of bemerkingen.

Hopelijk tot dan,



**Gerrit Vertommen**

Vlaamse Handbalvereniging

Coördinator HUB werking

**Mobile** +32 486 90 67 46

**Email** [gerrit.vertommen@handbal.be](mailto:gerrit.vertommen@handbal.be)