



Professionele
tennisbegeleiding

Roald de Gans

Nieuwsbrief december 2014

Inleiding

Beste sponsors en andere tennisliefhebbers,
Ouders en trainers hebben belangrijke invloed op de ontwikkeling van hun tenniskind. Wie kent het niet. Snel nog even in de auto op weg naar het toernooi 'de gouden tip' willen geven aan je kind. "Let op je greep en uitzwaai en o ja, denk ook nog even aan" Hiernaast heeft de trainer ook nog eens allemaal aanwijzingen gegeven voor de wedstrijd. "Nu kan het niet meer mis gaan!" zou je denken. Vervolgens stapt de speler de baan op en speelt alles behalve vanzelf. Veel te veel gedachten gaan door het hoofd waardoor het automatisme ver te zoeken is. Feit is dat ouders en trainers moeten leren **vertrouwen** op hun kind/speler. **Vertrouw** erop dat de speler in de wedstrijd doet wat er op dat moment binnen zijn mogelijkheden ligt. Dit zeker willen stellen d.m.v. tips vlak voor een wedstrijd werkt vaak averechts. Het enige wat bereikt wordt is spanning/druk en onzekerheid bij de speler. Dit betekent niet dat de speler geen speelplan kan hebben. Dit plan wordt opgezet door de trainer waarin de speler actief betrokken is en is gebaseerd op de sterke en zwakke punten van de speler en zijn tegenstander. Tijdens de wedstrijd observeert de trainer de speler en oordeelt niet. Wat erin zit kan eruit komen (dit is afhankelijk van veel factoren) en wat er niet in zit moet simpelweg verder op getraind worden. **Vertrouw** erop dat je kind/speler er op dat moment alles aan gedaan heeft en veroordeel de speler niet. Wees wel kritisch op gedrag en inzet. Zodra ouders en trainers dit proces begrijpen zal de speler hier baat bij gaan hebben!



Voortraject spelers

Justus Haaijema speelt op dit moment oranje competitie en oranje toernooien. Hierbij ontwikkelt hij zich snel en heeft veel plezier in de wedstrijden. Door de vele wedstrijden is het ook al mogelijk om met hem op het grote veld te trainen. Onlangs heeft Justus voor het eerst meegedaan met de testwedstrijden georganiseerd door Tennisbegeleiding. In Zutphen speelde hij op groot veld met groene ballen en speelde een geweldige wedstrijd. Winst in 3 sets was het resultaat. Ook de tegenstandster zorgde ervoor dat het een spectaculaire wedstrijd werd. Beide spelers gingen er helemaal voor. Compliment voor jullie beide, Justus Haaijema en Nina Lagendijk!



Justus in zijn nieuwe Tennisbegeleiding outfit!

Nieuws van de Spelers/trainers.

Hieronder volgen de belangrijkste resultaten van de competities en toernooien:

- Mart wint o.a. open jeugd toernooi in Zevenaar, Eerbeek en Beekhuizen (Velp).
- Alexandra wint o.a. open jeugd toernooi in Dieren, Oosterhout, Beverwijk (Westerhout), Elden en Hoogland.
- Isa wint o.a. open jeugd toernooi bij Altb (Arnhem) en wordt 2^e in Dieren en Elden.
- Inge wint o.a. open jeugd toernooi in Oosterhout en Eerbeek.
- Lenny wordt o.a. 2^e in open jeugd toernooi Dieren.
- Lois wint open jeugd toernooi in Dieren.
- Sabine wint open toernooi Beekhuizen en Zutphen in de DE6.
- Marleen wint o.a. open toernooi Beuningen, Tepci (A'doorn) en de Masters Gelderland in de DE4 en in Nieuwegein in de DE3. Tevens heeft Marleen zich geplaatst op de nationale ranglijst door de 1^e ronde te winnen van een NRT 2-ster in Emmeloord. Ze won met 6-0 6-2!



Marleen Jansen > 195^e van Ned.

- Marloes wordt 2^e in open toernooi Zutphen in de DE5.
- Laura wordt 2^e in open toernooi Beekhuizen in de DE6.

Looptraining

Pieter Slagter heeft aangegeven niet meer elke vrijdag beschikbaar te kunnen zijn voor de tennisschool i.v.m. andere werkzaamheden. Aangezien wij voor continuïteit willen zorgen hebben we in onderling overleg besloten dat Pieter beschikbaar blijft als invaller voor de tennisschool maar dat Rene Hoevers de nieuwe vaste looptrainer wordt. Pieter bedankt namens staf en spelers voor je inzet de afgelopen jaren. We hebben genoten van je!

Rene Hoevers heeft in 2007 op het CIOS Arnhem zijn licentie fitness/conditietrainer behaald en zal vanaf heden alle loop/coördinatie trainingen voor zijn rekening nemen. Hiernaast heeft Rene al jaren lang ervaring als pedagogisch medewerker op een jeugdzorg instelling. Welkom Rene en we wensen jou veel plezier en succes bij Tennisbegeleiding.



Rene Hoevers

Nieuwe trainingslocatie!

Vanaf sept. 2014 trainen we naast Dieren ook in Zutphen bij Hotel Inntel. Het park beschikt over 7 buitenbanen en 4 luxe binnenbanen. Alles ziet er goed verzorgd uit en op deze manier kunnen onze spelers uit die regio dichterbij huis trainen. Tevens hebben we een extra locatie voor binnen trainingen erbij om uit te wijken in de winter en bij slecht weer.

In de winterperiode organiseert Tennisbegeleiding hier ook ca. twee “Testwedstrijd” dagen. Elk jaar in ca. november en maart worden er extra wedstrijden gespeeld voor alle gemotiveerde jeugd in de regio. Samen met een aantal andere tennisscholen gaan zoveel mogelijk spelers de strijd aan met elkaar om te zien waar ze staan in hun ontwikkeling. Tijdens deze wedstrijden wordt bekeken waar nog aan gewerkt moet worden in de trainingen.



Afgelopen testdag 30 nov. 2014

Sponsor uitgelicht!

Deze keer doen we dit met “Smash Massage”.

Smash Massage is een organisatie onder leiding van Frank Wetters uit Dieren. Ze zijn gespecialiseerd in het geven van stoelmassages op de werkplek, diverse massages waaronder Shiatsu, Sport-Ontspannings massage en Lypassage, in de praktijk of aan huis. Tevens verzorgen zij sinds enige jaren de volgende massage opleidingen/cursussen: Opleiding ontspanningsmassage, Basis cursus, Vervolg cursus, Hot Stone cursus, Kruidenstempel workshop, Hammam-spons workshop, Hot Chocolate workshop, Honing workshop en een Stoel massage cursus. Hieronder volgt wat meer info over de Shiatsu massage!

Shiatsu

Shiatsu betekent letterlijk vingerdruk en wordt ook wel acupressuur of drukpuntmassage genoemd.

Shiatsu-therapie is een vorm van manuele therapie die bestaat uit het geven van druk (met behulp van duimen, vingers, handpalmen, ellebogen of knieën), rotaties en manipulaties om zodoende een slecht functioneren van de inwendige organen te corrigeren, de gezondheid te bevorderen/handhaven en een groot aantal ziekten te behandelen.

Shiatsu is te vergelijken met acupunctuur, maar er wordt niet met naalden gewerkt. De achtergrond van shiatsu en acupunctuur ligt in de Traditionele Chinese Geneeswijze. Deze geneeswijze gaat ervan uit dat je niet de ziekte, maar de zieke persoon moet behandelen en dat niemand in een hokje geplaatst kan worden. Er wordt vaak gewerkt op de energiepunten en energiebanen (meridianen).

Shiatsu is een holistische therapie, wat wil zeggen dat lichaam en geest als een geheel benaderd worden. Niet alleen het aangedane gebied wordt behandeld, en bij het stellen van de diagnose wordt ook rekening gehouden met de achtergrond en levensstijl van de betrokkene.

Deze oosterse geneeskunst is gebaseerd op het principe dat storingen in spieren, zenuwen, organen en emoties zich manifesteren in het netwerk van meridianen (energiebanen) waar de Qi, levensenergie, doorheen stroomt, op deze meridianen bevinden zich specifieke punten, de Tsubo-punten.

De Tsubo-punten worden met wisselende druk behandeld waardoor de Qi weer gaat stromen, de balans hersteld en het natuurlijk genezingsproces gestimuleerd en onderhouden wordt.

Ook de spieren, het bindweefsel en de organen worden gemasseerd wat onder andere een verbeterde doorbloeding en meer ruimte in spieren en gewrichten geeft.



Bij de shiatsu wordt altijd naar gestreefd om de dieperliggende oorzaak van de klacht aan te pakken en voor blijvende verbetering te zorgen. Shiatsu is geen symptoombehandeling.

Shiatsu is aan te raden bij o.a.

- nek- en schouderklachten
- rugklachten
- hoofdpijn
- RSI
- tenniselleboog
- carpaal tunnel syndroom
- frozen shoulder
- ademhalingsproblemen
- maag- en darmproblemen
- klachten als gevolg van stress en werkdruk

De meeste zorgverzekeraars vergoeden (een deel van) de consulten (alternatieve geneeswijzen), een overzicht van zorgverzekeraars en hun vergoedingen kunt u vinden op de website www.nvst.nl

Voor meer info zie: www.smashmassage.nl

Nieuwe sponsor!

Fred Wolters van Wolters Metaaltechniek is vanaf heden toegevoegd aan onze sponsorgroep. Wolters Metaaltechniek is gevestigd in Spankeren en is specialist in de productie van hoogwaardige fijnmechanische precisie onderdelen, assemblage van complexe modules, speciale gereedschappen en matrijzen.

De meeste CNC metaalbewerkingen frezen, draaien, verspanen worden in eigen beheer uitgevoerd. Dit resulteert in hoge flexibiliteit en uiteraard snelle levertijd van uw order.

Zij houden de regie en controle over het gehele productieproces, waarbij kwaliteit centraal staat.

Wolters Metaaltechniek is door de SOM erkend als leerbedrijf en aangesloten bij de Koninklijke Metaalunie en branche organisatie Dutch Precision Technology.



Voor meer info zie: www.woltersmetaal.nl

Gestopte sponsors:

- Van Asselt Schilderwerken

Jan van Asselt draagt zijn bedrijf binnenkort waarschijnlijk over en stopt hierdoor automatisch met zijn deelname. Bij deze wil ik Jan van Asselt hartelijk danken voor alle steun de afgelopen tijd. Mede dankzij jouw hebben we een succes van onze tennisschool kunnen maken. Bedankt hiervoor namens ons allen.

Goede doelen

Zoals jullie weten steunt onze tennisacademie het goede doel **“Free A Girl”!**

Regelmatig krijg ik berichten binnen dat er een hoop kinderen bevrijd zijn van kindermisbruik. O.a. de Rescue Foundation en “Free a Child” waar Free A Girl nauw mee samenwerkt zorgt ervoor dat kinderen hieraan kunnen ontsnappen.

Wanneer jullie de resultaten van Free A Girl willen weten kun je je aanmelden voor de nieuwsbrief op hun site. Voor meer info. zie www.freeagirl.nl

Het tweede goede doel is **Unicef**. Aangezien wij met name met kinderen werken willen wij zoveel mogelijk doelen steunen waarbij andere kinderen ook geholpen worden om hun leven zo normaal mogelijk op te kunnen bouwen.

Unicef helpt hierbij. Wij vinden het onacceptabel dat kinderen sterven omdat ze gewoonweg geen eten hebben/krijgen. Voor ons is dit niet te bevatten. Vandaar Unicef! Voor meer info. zie www.unicef.nl

Het derde goede doel is **“Warchild”**. Warchild zorgt ervoor dat zoveel mogelijk kinderen in conflictgebieden geholpen worden hun oorlogservaringen te verwerken door o.a. bescherming, psychosociale hulp en onderwijs aan te bieden en ervoor te zorgen dat ze in een veilige omgeving samen kunnen bouwen aan een vreedzame toekomst. Want kinderen horen niet thuis in een oorlog. Nooit! Daarom Warchild!

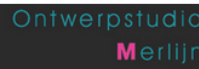
Voor meer info. zie www.warchild.nl

Website

Voor meer informatie verwijst ik u naar de website: www.tennisbegeleiding.nl. Via de website vindt u actuele en achtergrond informatie rondom de spelers en sponsors.

Sponsoren

Professionele tennisbegeleiding Roald de Gans wordt mede mogelijk gemaakt door:

 Autobedrijf Harrie van der Weide In- en verkoop van nieuwe en gebruikte auto's. Onderhoud en APK. Hallseweg 67 te Hall Tel: 0313 651433	 Lomar Sportvilla is een Sport-Health en Wellnesscentrum, dat op maat gesneden is voor mensen die geen genoegen nemen met standaard. Zutphensestraatweg 17 te Rheden Tel.: 0313 420369
 Marcel Franck is een industrieel dienstverlener die inzetbaar is voor werkzaamheden die bestaan uit het verlenen van technische diensten. Dit houdt in: nieuwbouw, installatie, revisie en onderhoud van machines en productielijnen. Tel: 06-53819338	 Natuurlijk Groen bewijst sinds jaar en dag dat zijden bloemen, zijden planten en zijden kerstbomen een uitstekend alternatief zijn. De kwaliteit is de laatste jaren dusdanig verbeterd dat het ook werkelijk een smakvolle aanvulling vormt in uw interieur. Uitmeensestraat 19 te Giesbeek Tel: 0313 696181
 Jetta Merlijn is een zelfstandig werkend interieurontwerper en heeft ruime ervaring met het werken binnen de wettelijke en facilitaire randvoorwaarden. Stuijvenburchstraat 9 te Eerbeek Tel: 06 487 800 70	 Sermon montagebedrijf is gespecialiseerd in de montage van VezelCement golfplaten in met name de agrarische sector. De mannen achter het bedrijf zijn Bas van Heteren en Fabian van der Meij, allebei goed voor meer dan 20 jaar ervaring in deze branche. Prins Bernhardlaan 73 te Zutphen Tel: 0575 526163
 SMASH is een organisatie gespecialiseerd in het geven van Stoel massages op de werkplek, en diverse massages waaronder Sport-, Ontspannings massage en Lymfossage, in de praktijk of aan huis. Cornelis Dopplelaan 30 te Dieren Tel: 0313 496732	 Tennis4 is een overkoepelende tennisorganisatie, die les geeft op alle gebieden (Jong, oud, beginners, gevorderd en professioneel). Hogeweg 24 te Bathmen Tel: 0570-542626
 Van Asselt kan zorgen voor totaal onderhoud, kleurenadviezen, technische adviezen en service onderhoud. Van Asselt is aangesloten bij Planbuilding. Rinaldostraat 3 te Dieren Tel: 0313 414485	 W3Company maakt websites en zorgt voor goede vindbaarheid. Zij adviseren u graag vanuit hun vakgebied. W3Company is gevestigd in Enschede en is werkzaam door heel Nederland. Tel: 053 2303133
 Sport2000 Willems Schilderspoort 2 te Zevenaar Tel.: 0316 524880	 Wolters Metaaltechniek is specialist in de productie van hoogwaardige fijnmechanische precisie onderdelen, assemblage van complexe modules, speciale gereedschappen en matrijzen. Edyweg 18 te Spankeren 0313-422537
 Vanaf 1 oktober 2013 is YorBody Fysiotherapie in Dieren geopend. Wij zijn gevestigd binnen Lomar Sportvilla. Dit betekent dat wij actief kunnen werken aan uw herstel. Zutphensestraatweg 17 te Dieren Tel: 06-14395238	