



KNHS erkend
Talenten Trainings Centra

Talenten Trainings Centrum

Het Talenten Trainings Centrum (TTC) is een door de KNHS erkende opleiding voor de jeugdtalenten in de disciplines springen, dressuur en eventing. Een KNHS erkend Talenten Trainings Centrum heeft als doel paardensporters te begeleiden in hun ontwikkeling en om door te laten stromen naar de (inter)nationale top.

De scholing gebeurt aan de hand van een door de KNHS goed gekeurd jaarwerkplan waarin de visie, doelstellingen, selectieprocedure, trainingsprogramma en onderwijsbegeleiding in zijn opgenomen. Dit betekent dat er naast rijvaardigheid, ook aandacht besteed wordt aan hoe om te gaan met wedstrijdspanning, trainingsopbouw, stalmanagement, hulpmiddelen, transport, etc.

Hoe werkt het?

De scholing gebeurt aan de hand van een door de KNHS goedgekeurd jaarwerkplan waarin de visie, doelstellingen, selectieprocedure, trainingsprogramma en onderwijsbegeleiding in zijn opgenomen. Dit betekent dat er naast rijvaardigheid, ook aandacht besteed wordt aan hoe om te gaan met wedstrijdspanning, trainingsopbouw, stalmanagement, hulpmiddelen, transport, etc.

Naast een goed doordacht jaarwerkplan worden er kwaliteitseisen gesteld aan de accommodatie. De accommodatie moet beschikken over een veiligheidscertificaat, een binnenbaan van minimaal 20 meter breed en 40 meter lang en er moet een ruimte beschikbaar zijn waar theorielessen kunnen worden gegeven.

Voordelen Talenten Trainings Centrum voor ruiters

Om goed te kunnen presteren in de paardensport is een goede voorbereiding noodzakelijk. Tijdens het trainingsprogramma van het TTC leer je hoe je prestaties in de wedstrijdsport kunt verbeteren. Dit gebeurt aan de hand van een reeks trainingen onder deskundige begeleiding. Niet alleen met je paard of pony, maar ook gericht op jouw persoonlijke ontwikkeling. Hoe ga je bijvoorbeeld om met presteren onder druk?

Kunnen presteren onder druk en de wil om beter te worden zijn belangrijke eigenschappen voor een succesvolle topsporter. Kennis van een verantwoorde trainingsopbouw, goede voeding en verzorging, veilig transport en stalmanagement zijn van groot belang om je samen met je paard in de paardensport verder te kunnen ontwikkelen. Het TTC helpt je om jezelf op al deze punten verder te ontwikkelen en te verbeteren op jouw weg naar een succesvolle paardensportcarrière.

Kortom, ben jij eenmaal geselecteerd als talent voor het TTC, dan neem je deel aan een reeks trainingen van een gediplomeerde instructeur (minimaal niveau 4, 3e fase instructeur). Naast deze praktijklessen bevat het trainingsprogramma ook theorielessen. Tevens maak je via een TTC kans om in aanmerking te komen voor een wildcard om deel te nemen aan de Rabo Talentendag. Een mooie uitdaging!

Introductie stal Arends.

Stal Arends is een modern paardenbedrijf dat sinds 1991 wordt geleid door Hans en Cora Arends.

Samen met een team van toegewijde en enthousiaste medewerkers zijn ze zeven dagen per week in de weer om zowel de eigen paarden als de paarden van eigenaren optimaal te verzorgen en te trainen. Het uiteindelijk doel: Top prestaties neerzetten.

Met name ons uiteindelijke doel neerzetten van topprestaties vraagt meer dan alleen de juiste ruiter of paard. Er is behoefte aan stimulans en goede begeleiding. Naar aanleiding van onze eigen ervaring en die van onze leerlingen in de sport denken wij dat hier in de provincie behoefte bestaat aan een stimulering van jong talent in de sport.

Uit onderzoek van de bond komt ook naar voren dat de provincie Utrecht in deze nog veel in te halen heeft. Voor ons een reden tot het opzetten van een talentencentrum.

Graag willen wij jonge enthousiaste ruiters stimuleren in hun passie, en niet alleen de ruiters met de beste pony of het beste paard maar ook de ruiter met het juiste gevoel, zodat iedereen een kans krijgt zich verder te ontwikkelen. Een paard is geen hockeystick, en heeft naast training ook veel zorg en aandacht nodig, al deze aspecten zijn van belang in deze tak van de sport en tevens willen wij de ruiter ondersteunen in de omgang met tegenslagen en het accepteren van beperkingen van je dier, maar toch jezelf zien te verbeteren, want uiteindelijk moet de combinatie het samen doen. Paardrijden is hierdoor een hele mooie maar ook een intensieve sport op alle fronten. Graag zouden wij jong talent op alle vlakken begeleiding willen aanbieden, van rijtechnische training tot mentale training, van hoefsmid tot voedingsadvies, het hele management om het paard heen willen wij aan bod laten komen.

Wij hebben reeds veel ervaring in het begeleiden en opleiden van jonge ruiters, zowel nationaal als internationaal, zowel bij de pony's als bij de paarden en hopen in de nabije toekomst ook andere in onze ervaring te kunnen laten delen.

Aanleiding.

De aanleiding van de aanvraag voor KNHS erkenning is om talenten in een zo vroeg mogelijk stadium te ontdekken en optimaal te kunnen begeleiden. Ook voor talenten welke niet over een super getalenteerd paard of pony beschikken maar ruiters en amazones welke zelf veel talent hebben. Met het doel om via de KNHS of andere organisaties ondersteuning kan komen om het talent verder te ontwikkelen. Ook hebben wij al veel ervaring met het begeleiden van jeugdige talenten op zowel nationaal als internationaal niveau.

Accommodatie.

Onze accommodatie beschikt over een overdekt binnenrijbaan van 20x40m, en een buitenrijbaan van 20x60m. Beide voorzien van een all weather bodem van Agterberg

Tevens wordt talenten de mogelijkheid geboden hun paard hier tijdelijk of voor vast te stallen ten behoeve van een optimale begeleiding. Daarbij kan hun pony/paard elke dag in de stapmolen worden gezet voor een optimale conditie. Verder kan er gebruik gemaakt worden van de paddocks of weidegang.

Verder zijn wij ook voorzien van een FNRS keurmerk met 4 sterren en hebben wij een veiligheidscertificaat tot onze beschikking.

Koersbepaling visie

Het talententrainingscentrum zal staan voor extra ondersteuning en aandacht voor het jonge talent met het doel een ieder de kans te geven zich zo optimaal te ontplooien en om op een zo vroeg mogelijke leeftijd op weg geholpen te worden in hun carrière. Dat wil zeggen door middel van begeleiding en ondersteuning in zowel het rijden als in het management daarom heen.

Doelgroep

Onze doelgroep: jongeren en kinderen uit de regio Utrecht in de leeftijd van 10 tot en met 18 jaar die beschikken over een eigen paard, of ruiters van 10 tot 16 jaar met een D-pony die de ambitie hebben om verder te komen in de dressuursport. Ons minimale instap niveau is LII dressuur. Deze jongeren gaan we indelen in leeftijdscategorieën en diersoort.

Doelstelling.

Onze doestellingen zijn:

- Overdracht van kennis
- Trainbaar zijn
- Verbetering rijvaardigheid
- Persoonlijke ontwikkeling
- Om gaan met wedstrijdspanning
- Motivatie
- Zelfvertrouwen te vergroten
- Om te leren gaan met faalangst
- Assertief en vol zelfvertrouwen een wedstrijd te rijden
- Voeding, leefstijl en emotionele intelligentie af te stemmen op de topsport
- Goede wedstrijdplanning om zowel ruiter als paard zo optimaal te kunnen laten presteren.
- Collectief gebruik maken van netwerk van deskundigen, zoals zijnde dierenarts, hoefsmid, juryleden en mentale coaching
- Overleg en begeleiding op school, schoolprestaties en motivatie zijn belangrijk op school
- Evaluatie training en wedstrijden met ouders en ruiters.
- Controle van paard pony door dierenarts om vroegtijdig blessures op te sporen
- Voedingsdeskundigen voor ruiter en paard.

Doelstelling waarmaken:

Hoe gaan wij deze doelstellingen waarmaken:

-Doormiddel van theorielessen wordt onze kennis overgebracht op de talenten. Dat wil zeggen; de theorie over hoe verzorg ik mijn paard, hoe verzorg ik mijn harnachement, maar ook hoe plan ik mijn wedstrijden in, in combinatie met school, en hoe bereid ik me daar op voor.

-Doormiddel van privéles of groepsles wordt het geleerde in praktijk gebracht met paard/pony bij ieder op zijn eigen niveau. Dat kan ook zijn begeleiding met longeren of andere technieken. Conditie opbouwen van je paard.

-Zorgen dat je paard altijd in goede conditie is, zorg voor complete voeding om optimaal te kunnen presteren. Daarnaast regelmatige controle door veterinaire, smid, tandarts en eventueel fysiotherapie.

-Om leren gaan met stress voor een wedstrijd, goed leren voorbereiden.

-Mentale training, om optimaal een combinatie te kunnen vormen, dus leren je dier te begrijpen en ook jouw eigen emoties daarin plaats te kunnen geven.

Talenten aannemen.

Wij willen onze talenten gaan selecteren op basis van de volgende punten :

- ❖ Voldoen zij aan de door ons bepaalde maatstaf zie protocol minimaal alles voldoende Een onvoldoende is niet toegestaan
- ❖ Kijken bij Rabobank talentenplan
- ❖ In overleg met juryleden tijdens selectiedagen
- ❖ Motivatie en toekomstplannen van de ruiters. Ruiters dienen bij aankomst op de selectie dag een motivatie brief in te leveren
- ❖ Beoordeling lichamelijke conditie paard ruiter
- ❖ Ruiterfitheid
- ❖ Medische achtergrond van paard pony (is het paard fit to compete ?)

Stal Arends kan ook een ruiter uitnodigen naar aanleiding van de uitslagen van de selectiewedstrijden en de regiokampioenschappen. Die worden 2x per jaar gehouden in de zomer en de winter. Wij bieden een continue trainingsprogramma aan, dat wil zeggen dat er op elk tijdstip in en uit het programma kan worden gestapt, maar deze continuïteit kan alleen worden gewaarborgd op basis van bv schoolresultaten, inzet en ontwikkeling.

Theorielessen

Onze theorielessen zullen over meerdere factoren gaan die gebruikelijk zijn in de paardensport, met als doel de prestaties van zowel paard als ruiter te verbeteren. Enkele voorbeelden van deze theorie zullen zijn;

- ❖ Verantwoord trainen voor paard en mens
- ❖ Optoming, hulpmiddelen en bidden
- ❖ Huisvesting
- ❖ Verzorging van het paard
- ❖ Voeding
- ❖ Transport van het paard
- ❖ Omgaan met wedstrijdspanningen
- ❖ Gezondheid en fitheid van de ruiter
- ❖ Combineren school en sport
- ❖ Personal training (van de ruiter zelf)
- ❖ Vlechten en toiletteren van het paard
- ❖ Toets van alle theorie

Tevens ook zullen wij aandacht besteden aan de persoonlijke ontwikkeling van elke ruiter, ook daar zal in de theorieles aandacht aan besteed worden. Dat zal voornamelijk gaan over;

- ❖ Omgaan met wedstrijdspanning
- ❖ Omgaan met tegenvallende resultaten
- ❖ Combineren van sport en school
- ❖ Voorbereiden op een wedstrijd
- ❖ Jezelf fit houden.

Planning.

We zullen de lessen gaan indelen in verschillende groepen en niveaus, dit om de begeleiding zo optimaal en zo duidelijk mogelijk te houden.

De praktijklessen zullen 3x per maand plaatsvinden en 1x per maand zal er een theorieles gehouden worden.

Ook zullen er een paar selectie dagen per jaar worden gehouden. Er kan dus verschillende keren per jaar in en uitgestroomd worden door de deelnemers.

Diploma's van de trainers.

Onze trainers zijn allemaal goed gecertificeerd , maar hebben daarbij ook jarenlange ervaring in het trainen en begeleiden van talenten.

Dhr. G.J.F Arends

Orun 3^e fase alround:

Heeft meerdere combinatie op Europese kampioenschappen pony s begeleid en getraind

Zit in het trainers platform.

Heeft meerdere paarden opgeleid naar lichte tour niveau.

Zal les gaan geven aan het niveau M en Hoger.

Mevr. M.C Arends-Kruyswijk:

Orun 2^e fase alround

heeft meerdere combinaties op europese kampioenschappen pony s begeleid en getraind

heeft meerdere paarden opgeleid naar lichte tour niveau en gestart

Zal les gaan geven aan het niveau M en hoger.

Mevr. D. ter Beek:

Orun 3e fase, All-round

Rijdt op ZZ licht niveau in de sport

Zal les gaan geven aan het niveau B tot M

Praktijkles en Evaluatie.

Er zal voor iedere talent veel aandacht worden besteed aan het trainen met hun paard in de praktijk. Dat wil zeggen veel praktijkles, dit kunnen privélessen of eventueel groepslessen zijn. Verder word ook de lesstof van de theorielessen in de praktijk toegepast onder begeleiding.

Eens per maand worden er evaluatie gesprekken gehouden, dat wil zeggen dat er tijdens de les of na een wedstrijd een evaluatieformulier word gebruikt en ingevuld. Dit wordt naderhand besproken met trainers ouders en ruiters . De aandachtspunten zullen worden doorgesproken en plan van aanpak zal worden opgesteld. Ook hierbij zullen de schoolresultaten en de theorie resultaten goed bekeken worden.



Protocol dressuur **begin** training.

Naam:

Locatie:

Leeftijd:

Trainer:

Klasse:

Datum:

Beoordelingspunten n.a.v. de training.

S=slecht ov=onvoldoende v=voldoende g=goed zg=zeer goed

1. Houding v.d ruiter / juistheid van de hulpen en de invloed daarvan.

	z	ov	v	g	zg	opmerkingen
Bovenlichaam						
Handen						
Benen						
Volgen v.d beweging						

2. Het gaan van het paard.

	Z	ov	v	g	zg	opmerkingen
Regelmaat						
Voorwaart/tempocontrole						
Aanleuning						
Rechtgerichtheid						
Buiging						
evenwicht						

3. Instelling :

	Z	ov	V	g	zg	opmerkingen
Motivatie						
Vermogen om instructie op te pakken						
prestatiebeleid						

v

4. Wat zijn het belangrijkste aandachtspunt bij het trainen van deze combinatie?

5. Eventuele aandachtspunten uitwerken.



Protocol dressuur **eind** training.

Naam:

Locatie:

Leeftijd:

Trainer:

Klasse:

Datum:

Beoordelingspunten:

1. Houding v.d ruiter / juistheid en invloed van de hulpen:

	Z	ov	v	g	zg	opmerkingen
Bovenlichaam						
Handen						
Benen						
Volgen v.d beweging						

2.

3. Het gaan van het paard.

	Z	ov	v	g	zg	opmerkingen
Regelmaat						
Voorwaart/tempocontrole						
Aanleuning						
Rechtgerichtheid						
Buiging						
Evenwicht						

4. Instelling :

	Z	ov	v	g	zg	opmerkingen
Motivatie						
Leervermogen						
prestatiebeleid						

5. Eindbeoordeling van de training; is het doel bereikt?

6. Wat zijn de belangrijkste aandachtspunten waar deze combinatie thuis nog verder aan kan werken?

Prijzen.

Kosten voor deelname aan dit traject:

€450,- voor 20 lessen. Deze lessen kunnen variëren van tijdsduur afhankelijk van het gaan van de combinatie. Verder zullen de deelnemers van ons een jas cadeau krijgen t.b.v training en wedstrijden.

Schoolresultaten.

Verder is het voor ons zeer belangrijk dat de prestaties van het schoolwerk niet achteruit gaan. Wij vinden het belangrijk dat de prestaties ook op hoog niveau goed blijven verlopen. Mocht dit niet zo zijn dan zullen wij onze trainingen daar op aanpassen en eventueel in overleg met school en eventueel tijdelijk minder tijd bij de paarden. Ook zullen de ouders ons hier mee op te hoogte moeten houden, zij dragen tenslotte de verantwoordelijkheid over de resultaten van hun kind, wij kunnen ons trainingschema er alleen op aanpassen.



Inschrijfformulier/Overeenkomst

TTC Stal Arends

Naam:

Adres:

Postcode en plaats:

Telefoonnummer:

Emailadres:

Geboortedatum:

Naam Paard/Pony:

Geboortedatum paard:

Niveau combinatie:

Persoonlijke vragen;

Motivatie:

Toekomstplannen:

School en opleiding:



Algemene voorwaarden.

Het deelnemen aan het programma geschied volledig op eigen risico.

De trainers kunnen niet aansprakelijk worden gesteld word eventuele ongevallen/blessures aan ruiter en/of paard.

Hierbij verklaart de ruiter dat zijn paard/pony in sport conditie verkeerd en geen gebreken of blessures heeft gehad die een belemmering voor de training kunnen vormen

De deelnemer gaat akkoord met de algemene voorwaarden van de TTC op Stal Arends.

Ondergetekende op(datum)

te(plaats)

Handtekening ouder/voogd:

Handtekening deelnemer:

Handtekening G.J.F Arends

Handtekening C.M Arends- Kruiswijk
