

# **Handboek Nationale Selectie Aangepast Wielrennen**

**Seizoen 2009-2010**

## Inhoudsopgave

1. Inleiding .....	3
2. Doelstelling .....	4
2.1 Realisatie van de doelstelling .....	4
2.2 Topsportprogramma.....	4
2.3 Fulltime trainingsprogramma .....	4
3. Nationale selectie aangepast wielrennen voorwaarden en selectiemomenten .....	5
3.1 Opbouw van de Nationale selectie .....	5
3.2 Selectiemomenten.....	6
3.3 Selectietijden .....	6-7
3.4 Selectietijden in de praktijk.....	8
3.5 Uitstroom .....	8
4. Faciliteiten .....	9
5. Rechten en plichten .....	10
5.1 Medische status .....	10
5.2 Aanwezigheid .....	10
5.3 Materialen .....	10
5.4 Anti-doping beleid. ....	10
5.5 Vliegreizen .....	11
5.6 Verzekeringen .....	11
5.7 Topsportmentaliteit.....	11
5.8 Kleding en materialen .....	12
6. individueel Meerjaren Opleidingsplan Aangepast Wielrennen (iMOAW).....	13
7. Wedstrijden.....	14
8. Begeleiding .....	14
9. Namen start testpool .....	15

## **1. Inleiding**

In dit “Handboek Nationale selectie aangepast wielrennen seizoen 2009-2010” staat alles wat je moet weten als lid van de Nationale selectie aangepast wielrennen van de Koninklijke Nederlandsche Wielren Unie (KNWU).

Met dit handboek dat geldt voor het seizoen 2009-2010, geeft de KNWU alle (kandidaat)leden van de Nationale Selectie Aangepast Wielrennen inzicht in de rechten en plichten die er bestaan rondom de Nationale Selectie.

De KNWU hoopt de komende tijd een prettige en leerzame samenwerking tegemoet te gaan waarin in flinke stappen vooruit zullen worden gezet in de ontwikkeling van jou sportieve carrière.

## **2. Doelstelling**

In 2009 wil de KNWU een start maken met het leggen van een stevig fundament voor succesvolle Paralympische Spelen in 2012. Het opnieuw inrichten van de Nationale Selecties met alle bijbehorende ingrediënten is hierin een belangrijke stap. Op sportief gebied ligt de focus voor 2009 op het begeleiden van de Nationale selectieleden in de voorbereiding op en tijdens de WK weg en baan.

De KNWU wil structureel gaan behoren tot de top (8) van de mondiale wielersport en dit met name in de Olympische disciplines tot uiting brengen. Voor het aangepast wielrennen wordt dit gemeten aan de hand van de UCI landen ranking. Daarnaast moet dit tot uiting komen in toekomstige WK's, maar zeker tijdens de Paralympische Spelen in Londen 2012.

### ***2.1 Realisatie van de doelstelling***

De KNWU wil dit doel bereiken door het initiëren van een Nationaal Topsport Centrum (NTC) in binnen- en buitenland, het verder professionaliseren van het technisch kader en een "omslag" te maken in programmering.

### ***2.2 Topsportprogramma***

De aansturing van het topsportprogramma zal plaatsvinden vanuit het Bondsbureau te Nieuwegein en op het Wielcomplex Nedereindse Berg te Nieuwegein en of op de Wielbaan van Apeldoorn. De KNWU gaat verder met het doorontwikkelen van een fulltime trainingsprogramma en heeft op termijn de ambitie om voor de leden van de Nationale selectie aangepast wielrennen een vaste uitvalsbasis (NTC) te creëren op Papendal en Apeldoorn.

### ***2.3 Fulltime trainingsprogramma***

Ieder lid van de Nationale selectie aangepast wielrennen kan, wanneer hij of zij heeft voldaan aan de eisen die zijn opgenomen in dit handboek Nationale selectie aangepast wielrennen, gebruik maken van een plaats in het trainingsprogramma. Wanneer is voldaan aan de gestelde kwalificatie-eisen zal in een gesprek met de bondscoach worden gekeken naar de mogelijkheden op het sportieve, persoonlijke en maatschappelijke gebied.

### **3. Nationale selectie aangepast wielrennen en voorwaarden en selectiemomenten**

De Nationale Selectie is opgebouwd uit vier niveaugroepen, te weten A, B, C en D. Elke niveaugroep kent verschillende begeleidingsfaciliteiten vanuit de KNWU.

#### **3.1 Opbouw van de Nationale selectie**

##### **• Niveau A**

In de niveau A groep zitten onze huidige wereldtoppers. Zij hebben (zeer waarschijnlijk) tijdens de laatste Paralympische Spelen of Wereldkampioenschappen medailles behaald.

Instroomcriteria:

Indien aan alle vier onderstaande criteria voldaan is heeft een sporter recht op lidmaatschap Nationale selectie aangepast wielrennen tot en met 31 december 2010.

- Medaille tijdens de laatste WK of PS of een A-niveau tijd volgens KNWU-tabel
- Bereidheid tonen tot volgen van het programma van de Nationale selectie
- Medische keuring (maximaal 1 jaar oud)
- Beschikken over een persoonlijk sporttechnisch jaarplan inclusief doelstellingen en trainingsinhouden en wedstrijdprogramma

##### **• Niveau B**

In de niveau B groep zitten atleten die heel dicht tegen de wereldtop aanzitten. Ze hebben al deelgenomen aan Wereldkampioenschappen of Paralympische Spelen of gaan dat binnenkort doen. Zij moeten nog een klein stapje zetten richting medailles.

Instroomcriteria:

Indien aan alle vier onderstaande criteria voldaan is heeft een sporter recht op lidmaatschap Nationale Selectie aangepast wielrennen tot en met 31 december 2010.

- Top-6 klassering tijdens de laatste WK of PS of een B-niveau tijd volgens KNWU-tabel
- Bereidheid tonen tot volgen van het programma van de Nationale selectie
- Medische keuring (maximaal 1 jaar oud)
- Beschikken over een persoonlijk sporttechnisch jaarplan inclusief doelstellingen en trainingsinhouden en wedstrijdprogramma

##### **• Niveau C**

In de niveau C groep zitten atleten die gezien leeftijd, trainingsgeschiedenis, ambitie en fysieke mogelijkheden op korte tot middellange termijn kunnen uitgroeien tot mondiale topsporters.

Instroomcriteria:

Indien aan alle vier onderstaande criteria voldaan is heeft een sporter recht op lidmaatschap Nationale Selectie aangepast wielrennen tot en met 31 december 2010.

- Een C-niveau tijd volgens KNWU-tabel
- Bereidheid tonen tot volgen van het programma van de Nationale selectie
- Medische keuring (maximaal 1 jaar oud)
- Beschikken over een persoonlijk sporttechnisch jaarplan inclusief doelstellingen en trainingsinhouden en wedstrijdprogramma

- **Niveau D**

In de niveau D groep zitten atleten die gezien leeftijd, trainingsgeschiedenis, ambitie en fysieke mogelijkheden op langere termijn kunnen uitgroeien tot mondiale topsporters.

Instreamcriteria:

Indien aan alle vier onderstaande criteria voldaan is heeft een sporter recht op lidmaatschap Nationale Selectie aangepast wielrennen tot en met 31 december 2010.

- Een D-niveau tijd volgens KNWU-tabel
- Bereidheid tonen tot volgen van het programma van de Nationale selectie
- Medische keuring (maximaal 1 jaar oud)
- Beschikken over een persoonlijk sporttechnisch jaarplan inclusief doelstellingen en trainingsinhouden en wedstrijdprogramma

### **3.2 Selectiemomenten**

Maandelijks kan een atleet zich kwalificeren voor de Nationale selectie tijdens de Nationale selectie trainingen die plaatsvinden in Nieuwegein op het parcours van Wielercomplex Nedereindse Berg of op de Wielerbaan van Apeldoorn. Een kwalificatiepoging kan aangevraagd worden bij de bondscoach. Renners die zich kwalificeren voor een niveaugroep **kunnen** per volgend kwartaal aan de selectie toegevoegd en gefaciliteerd worden.

Tussen 1 januari en 31 maart worden per 1 april toegevoegd.

Tussen 1 april en 30 juni worden per 1 juli toegevoegd.

Tussen 1 juli en 30 september worden per 1 oktober toegevoegd.

Tussen 1 oktober en 31 december worden per 1 januari toegevoegd.

Let op!

- Zowel een klassering tijdens een WK of een gerealiseerde tijd tijdens een training kan door de KNWU als niet ontvankelijk verklaard worden indien daar aanleiding toe is (denk aan sterkte veld, weersomstandigheden).
- De KNWU behoudt zich nadrukkelijk het recht voor sporters die niet voldaan hebben aan het prestatie criterium op eigen inzicht toe te voegen aan de selectie.

### **3.3 Selectietijden**

Voor niveau A en niveau B kan een atleet zich kwalificeren voor de Nationale selectie via Wereldkampioenschappen of Paralympische Spelen. Voor alle niveaus is kwalificatie mogelijk via een timetrial. Er dient dan voldaan te worden aan een tijd uit de KNWU-tabel Paralympisch Wielrennen WEG of BAAN

- Niveau A is berekend op de gemiddelde snelheid van de derde plek op 2004 Paralympische Spelen, 2005 Europese Kampioenschap, WK 2006 en 2007 en de Paralympische Spelen 2008. De tijd is per kilometer.
- Niveau B is berekend op de gemiddelde snelheid van de zesde plek op de 2004 Paralympische Spelen, 2005 Europese Kampioenschap, WK 2006 en 2007 en de Paralympische Spelen 2008. De tijd is per kilometer.
- Niveau C.  
De tijd per kilometer voor niveau C is gebaseerd op 115% van niveau A.
- Niveau D.  
De tijd per kilometer voor niveau D is gebaseerd op 120% van niveau A.

### KNWU-tabel Paralympisch Wielrennen WEG

Weg onderdelen	Klasse	A-niveau	B-niveau	C-niveau	D-niveau
Handbiken TT Vrouwen	HC A	02:31.6	02:39.2	02:54.3	03:01.9
Handbiken TT Vrouwen	HC B	02:27.9	02:35.3	02:50.1	02:57.5
Handbiken TT Vrouwen	HC C	01:56.7	02:07.1	02:15.8	02:20.0
Handbiken TT Mannen	HC B	01:46.6	01:49.3	02:02.6	02:07.9
Handbiken TT Mannen	HC C	01:39.4	01:43.0	01:54.3	01:59.3
Handbiken TT Mannen	HC A	02:10.9	*2:17.4	02:30.5	02:37.1
Driewielers TT Mannen	CP 1	02:28.8	*2:36.2	02:51.1	02:58.6
Driewielers TT Mannen	CP 2	01:55.2	02:06.1	02:12.5	02:18.2
Driewielers TT Vrouwen	CP 1	02:19.8	*2:26.8	02:40.7	02:47.7
Driewielers TT Vrouwen	CP 2	02:19.8	*2:26.8	02:40.7	02:47.7
Fietsen TT Mannen	CP 3	01:31.7	01:40.4	01:45.4	01:50.0
Fietsen TT Mannen	CP 4	01:27.4	01:30.1	01:40.5	01:44.9
Tandem TT Vrouwen	B/Vi	01:30.3	01:33.1	01:43.8	01:48.4
Tandem TT Mannen	B/Vi	01:18.5	01:19.5	01:30.3	01:34.2
Fietsen TT Vrouwen	LC 1	01:35.5	*1:40.3	01:49.8	01:54.6
Fietsen TT Vrouwen	LC 2	01:43.4	*1:48.6	01:58.9	02:04.1
Fietsen TT Vrouwen	CP 4	01:43.4	*1:48.6	01:58.9	02:04.1
Fietsen TT Vrouwen	LC 3	01:46.6	01:52.4	02:02.6	02:07.9
Fietsen TT Vrouwen	CP 3	01:46.6	01:52.4	02:02.6	02:07.9
Fietsen TT Vrouwen	LC4	01:46.6	01:52.4	02:02.6	02:07.9
Fietsen TT Mannen	LC 1	01:24.7	1:26.0	01:37.4	01:41.6
Fietsen TT Mannen	LC 2	01:24.6	01:29.7	01:37.3	01:41.5
Fietsen TT Mannen	LC 3	01:33.0	01:35.5	01:46.9	01:51.6
Fietsen TT Mannen	LC 4	01:38.3	01:45.0	01:53.0	01:57.9

### KNWU-tabel Paralympisch Wielrennen BAAN

Baanonderdelen	Klasse	A-niveau	B-niveau	C-niveau	D-niveau
Kilometer Tijdrit Mannen	CP 3	01:18.5	01:22.2	01:30.3	01:34.3
Kilometer Tijdrit Mannen	CP 4	01:12.7	01:15.7	01:23.6	01:27.2
3km Ind. Achtervolging Vrouwen	LC1	03:59.7	*4:11.68	04:35.6	04:47.6
3km Ind. Achtervolging Vrouwen	LC2	04:18.2	*4:31.11	04:56.9	05:09.8
3km Ind. Achtervolging Vrouwen	CP4	04:18.2	*4:31.11	04:56.9	05:09.8
3km Ind. Achtervolging Vrouwen	LC3	04:29.7	04:39.5	05:10.1	05:23.6
3km Ind. Achtervolging Vrouwen	CP3	04:29.7	04:39.5	05:10.1	05:23.6
3km Ind. Achtervolging Vrouwen	LC4	04:29.7	04:39.5	05:10.1	05:23.6
Tandem 3km Achtervolging Vrouwen	B/Vi	03:43.3	03:52.9	4:16.78	04:27.9
Tandem 4 km Achtervolging Mannen	B/Vi	04:28.1	04:34.9	05:08.4	05:21.8
4km Ind. Achtervolging Mannen	LC 1	04:51.5	04:58.8	05:35.2	05:49.7
4km Ind. Achtervolging Mannen	LC 2	04:58.9	05:14.8	05:43.7	05:59.0
3km Ind. Achtervolging Mannen	LC 3	03:58.7	04:04.8	04:34.5	04:46.7
3km Ind. Achtervolging Mannen	LC 4	04:21.3	04:33.5	05:00.4	05:13.5
3km Individual Achtervolging Mannen	CP 3	04:03.1	04:14.8	04:39.5	04:52.3
3km Individual Achtervolging Mannen	CP 4	03:43.6	03:54.2	04:17.1	04:28.3
Kilometer tijdrit mannen	LC 1	01:10.9	01:11.9	01:21.6	01:25.1
Kilometer tijdrit mannen	LC 2	01:11.8	01:15.3	01:22.6	01:26.1
Kilometer tijdrit mannen	LC 3	01:19.2	01:21.7	01:31.0	01:35.0
Kilometer tijdrit mannen	LC 4	01:24.8	01:29.7	01:37.5	01:41.8
500m tijdrit vrouwen	LC1	40.11	*42.11	46.13	48.13
500m tijdrit vrouwen	LC2	42.45	*44.57	48.82	50.94
500m tijdrit vrouwen	CP4	42.45	*44.57	48.82	50.94
500m tijdrit vrouwen	LC3	46.36	48.02	53.32	55.63
500m tijdrit vrouwen	CP3	46.36	48.02	53.32	55.63
500m tijdrit vrouwen	LC4	46.36	48.02	53.32	55.63

LET OP! De categorieën met dezelfde kleur worden op WK gecombineerd verreden.

### **3.4 Selectietijden in de praktijk**

De selectietijden van de weg zijn terug gerekend in tijd per km per discipline. Op het wielers parcours Nedereindse Berg moet er 8 km worden afgelegd per categorie. Dit betekent dat de sporter 8 keer de tijd van zijn discipline heeft om de afstand af te leggen.

De selectie tijden voor de baan zijn per afstand omschreven.

### **3.5 Uitstroom**

Indien in de volgende 12 maanden na het behalen van een selectie criterium geen vormbehoud wordt getoond eindigt het lidmaatschap van de Nationale selectie aangepast wielrennen. Voor het tonen van vormbehoud gelden dezelfde voorwaarden als voor de selectie. Sporters die niet voldoen aan de voorwaarden zoals beschreven in hoofdstuk 3 of niet voldoen aan de rechten en plichten zoals staan beschreven in hoofdstuk 5 van dit document zullen uitstromen uit de Nationale selectie aangepast wielrennen.

## 4. Faciliteiten

Een Nationaal selectielid heeft recht op faciliteiten die geboden worden vanuit de KNWU. De faciliteiten zijn verschillend per niveau en kunnen, indien hier aanleiding toe is, ook per individuele sporter afgestemd worden. De onderstaande tabellen zijn een indicatie voor de faciliteiten die in het jaar 2009 geboden worden.

	1	2	3	4	5	LET OP! Percentages kunnen op ieder noodzakelijk moment door KNWU aangepast worden
	Nationaal	Internationaal laag en NK	Internationaal hoog	EK + WK selectiewedstrijden	EK, WK en PS	
D-niveau	0%	0%	0%	0%	100%	
C-niveau	0%	0%	0%	25%	100%	
B-niveau	0%	0%	50%	50%	100%	
A-niveau	0%	0%	75%	75%	100%	

	Advisering bondscoach	Centrale trainingen	Centrale krachttraining	Trainingstages	Medisch, voeding, mentaal	Testen & meten
D-niveau	ja	ja	nee	Eigen kosten, indien ruimte	introductie programma	nee
C-niveau				ja	ja	ind. maatwerk
B-niveau			Ind.maatwerk			
A-niveau						

De bovengenoemde percentages houden (ter indicatie) het volgende in:

Percentage	Wedstrijden
0%	Geen ondersteuning Eigen reis en begeleiding verzorgen
25%	Kleine financiële bijdrage vanuit KNWU Eigen reis en begeleiding verzorgen
50%	KNWU en atleet delen de kosten Eigen reis en begeleiding verzorgen
75%	Kleine eigen bijdrage, rest door KNWU Reis en begeleidingsteam wordt door KNWU verzorgd
100%	Volledige betaling door KNWU Reis en begeleidingsteam wordt door KNWU verzorgd

## 5. Rechten en plichten

Naast de voorwaarden zoals vermeld onder hoofdstuk 3 van dit document brengt het lidmaatschap van de Nationale selectie nog een aantal rechten en plichten met zich mee. Deze zullen in een rennerscontract tussen de KNWU en de sporter worden vastgelegd.

### 5.1 Medische status

- De sporter dient uiterlijk 3 dagen voorafgaand aan een trainingsstage of wedstrijd van de Nationale selectie zorg te dragen voor het beschikbaar (laten) stellen van een bijgewerkt (para) medisch dossier aan de bondsarts van de KNWU.
- Een acute blessure voor of tijdens een Nationale selectie activiteit dient onmiddellijk gemeld te worden bij de bondscoach. In onderling overleg worden verdere stappen afgesproken.
- Wordt een voor aanvang van de activiteit aanwezige blessure niet gemeld dan zullen de eventuele kosten voor behandeling van de blessure en deelname aan de activiteit in rekening worden gebracht bij de sporter. Met andere woorden;
- Bij niet optimaal presteren, veroorzaakt door een blessure die vooraf bekend was bij de sporter, maar niet gemeld, worden eventuele gemaakte kosten in rekening gebracht bij de sporter.

### 5.2 Aanwezigheid

- Een activiteit van de Nationale selectie dient volledig, dus van begin tot het einde, bijgewoond te worden.
- Bij trainings- of testactiviteiten in Nederland dien je, tenzij in de uitnodiging anders wordt vermeld, een half uur voor aanvang aanwezig te zijn.
- Wanneer er onverhoopt een keer niet kan worden deelgenomen door overmacht dient de bondscoach van de KNWU hiervan onmiddellijk op de hoogte te worden gebracht.

### 5.3 Materialen

Wat je in elk geval altijd bij je dient te hebben, tenzij anders in de uitnodiging vermeld staat:

- Je eigen fiets/ handbike.
- Trainingsmaterialen: pomp/ binnenband, helm, kleding.
- Indien uitgereikt dienen de gebruikte artikelen en sportkleding uit het meest recente Nationale selectie pakket te worden gebruikt.
- Materialen van de KNWU kunnen (onder tekenen van een contract) aan een selectielid worden uitgeleend.

### 5.4 Anti-doping beleid.

- Elke sporter dient op de hoogte te zijn van het dopingreglement van NOC\*NSF en dient regelmatig (in principe jaarlijks) een dopingvoorlichtingsbijeenkomst bij te wonen (zie [www.100percentdopefree.nl](http://www.100percentdopefree.nl) voor data).
- Sporters met een A-, B- of HP-status van NOC\*NSF zijn verplicht om hun 'whereabouts' aan te leveren. Over de procedure worden zij persoonlijk geïnformeerd.
- Alle sporters die door hun behandelende arts dopinggeduide middelen voorgeschreven krijgen moeten direct een attest bij de UCI aanvragen en mogen de medicijnen in principe pas gaan gebruiken nadat toestemming is verleend door het UCI.

### **5.5 Vlieggreizen**

- Bij vlieggreizen dien je op het in de uitnodiging aangegeven tijdstip en verzamelpunt aanwezig te zijn op de luchthaven. Bij te laat komen zijn de daaruit voortvloeiende kosten voor de deelnemer.
- Bij vlieggreizen geldt een maximum gewicht voor bagage. Dit staat vermeld in de uitnodigingsbrief. De kosten voor over bagage zijn voor rekening van de sporter. Sporters die om medische redenen extra bagage mee moeten nemen dienen dit kenbaar te maken door het in laten vullen van een zogenaamd "medical information sheet". Dit medical information sheet is verkrijgbaar via de KNWU.

### **5.6 Verzekeringen**

- Tijdens reis en verblijf ten behoeve van de KNWU –activiteiten zijn de ploegleden verzekerd. De polisvoorwaarden zijn terug te vinden op de website van de KNWU.
- Bij het meenemen van kostbare apparatuur wordt aanbevolen deze apparatuur zelf extra te verzekeren.
- Bij verlies of diefstal van goederen dient ter plaatse aangifte te worden gedaan bij de politie. Een afschrift van het proces verbaal dient te worden ingezonden naar de eigen verzekering.

### **5.7 Topsportmentaliteit**

- Van de sporter wordt een mentaliteit verwacht die een positieve bijdrage levert aan de goede naam van het Nederlandse wielrennen, de Nationale ploeg of selectie.
- De sporter heeft de inspanningsverplichting om het maximale rendement uit de betreffende activiteit te behalen.
- De sporter wordt geacht zich te houden aan de aanwijzingen van de ploegbegeleiding.

Hieronder enkele voorbeelden die niet in overeenstemming zijn met de uitgangspunten:

- Aanstootgevend gedrag
- Drugs, doping, roken en alcohol gebruik
- Overnachten buiten de daarvoor aangewezen accommodaties
- Uitgaansactiviteiten
- Activiteiten op rustdagen die niet bijdragen aan het herstel
- Gedrag dat niet in overeenstemming is met voornoemde uitgangspunten kan leiden tot sancties. Dit ter beoordeling van de bondscoach en of het bestuur van de KNWU.

### **5.8 Kleding en materialen**

Onderstaande tekst geldt vanaf het moment dat een sporter een kledingpakket van de KNWU ontvangen heeft. De Nationale selectie is een onderdeel van de wielersport dat in de belangstelling van de media en sponsors staat. Daarmee vormen zij het uithangbord van de KNWU en van de Paralympische wielersport. Als sporter wordt hiermee ook het beeld bepaald dat de mensen van de Nationale selectie en van de Paralympische wielersport hebben. Het zal duidelijk zijn dat een positief beeld belangrijk is! Het opent vele deuren, wakkert de media belangstelling aan en de interesse van bedrijven en organisaties in de wielersport en de sporters. De KNWU investeert veel in haar topsporters en in de topsporters van de toekomst. Zoals in zoveel sporten is dit alleen mogelijk met de ondersteuning van de overheid, NOC\*NSF en het bedrijfsleven. Om te zorgen dat die organisaties en bedrijven de sporters, de KNWU als sportbond en de wielersport in het algemeen als een waardevol aandachtspunt zien hebben we hierover een aantal afspraken gemaakt:

- Vanaf het moment dat er van de KNWU kleding en het materialenpakket is ontvangen dient de betreffende kleding en de betreffende materialen tijdens Nationale selectie activiteiten gebruikt te worden.
- Het in de uitnodiging vermelde kleding- en materialenpakket dient volledig en in goede staat meegenomen te worden.

- De kleding mag uitsluitend tijdens Nationale selectie activiteiten worden gedragen.
- De kleding dient op normale wijze en volgens de ingesloten adviezen te worden onderhouden. Vroegtijdig versleten, slecht onderhouden of verloren kleding dient door de sporter zelf, via de KNWU, te worden vervangen en betaald.
- Alle collectieve afspraken met en aanwijzingen van de ploegbegeleiding over (uniformiteit van) te dragen kleding dienen te allen tijde te worden nagekomen.
- Alle afspraken en voorwaarden gelden vanaf de dag van het verzameltijdstip / vertrek tot en met de dag van de terugreis / aankomst als Nationale selectie.

## **6. iMOAW**

Met ingang van het seizoen 2009-2010 maakt het aangepast wielrennen gebruik van het individueel Meerjaren Opleidingsplan Aangepast Wielrennen (iMOAW).

Dit instrument ondersteunt de atleet om de opleiding tot topsporter zo goed mogelijk in te richten en op deze wijze maximaal resultaat te halen uit de inspanningen. Atleten die in de testpool 2009 (zie hoofdstuk 9) zitten en atleten die zich voor de Nationale selectie kwalificeren zullen hun gegevens in het iMOAW verwerken en dat inleveren bij de bondscoach.

## 7. Wedstrijden

De volgende wedstrijden worden door de KNWU in het wedstrijdprogramma 2009 van de Nationale selectie opgenomen:

<b>Wedstrijd:</b>	<b>Stad:</b>	<b>Datum:</b>	<b>Land:</b>	<b>Wedstrijd-niveau:</b>
EHC Al-Ain	Al Ain	6-8 maart	Ver. Arabische Emiraten	4
Paralympic World Cup	Manchester	21-22 mei	Engeland	4
Grand Prix of Wales	Newport	24 mei	Wales	3
Radsporttage Gippingen	Gippingen	6-7 juni	Zwitserland	4
EHC Oensingen	Oensingen	10-12 juni	Zwitserland	4
EHC Lorsch	Lorsch	27-28 juni	Duitsland	4
Int. Para-cycling Cup	Segovia	4-5 juli	Spanje	3-4*
EHC Louny	Louny	11-12 juli	Tsjechie	4
Holzkirchen	Holzkirchen	31-1 juli/aug	Duitsland	4
WK WEG				5
EHC Namur	Namur	3-4 oktober	België	3
WK BAAN				5

\* 3 voor handbike, 4 voor B/Vi, CP, LC

## 8. Begeleiding

Vanuit de KNWU is bondscoach Eelke van der Wal verantwoordelijk voor de begeleiding van de Nationale wielersselectie. Je kunt altijd met vragen bij Eelke terecht. Zijn gegevens zijn: [eelke.vanderwal@knwu.nl](mailto:eelke.vanderwal@knwu.nl)

Naast de bondscoach wordt er gewerkt aan een team van experts. Deze experts zullen samen met de bondscoach het begeleidingsteam vormen. Zoals in de doelstelling staat omschreven wordt er hard gewerkt aan het opnieuw inrichten van de structuur. Op dit moment zijn er volop onderhandelingen met experts en die zullen dit jaar en de komende jaren aan het begeleidingsteam worden toegevoegd.

## 9. Start testpool 2009

Voor dit jaar heeft de bondscoach een voorselectie gemaakt van atleten waarmee het trainingsprogramma wordt opgestart. Deze atleten hebben **tot 1 oktober 2009** het privilege om aan het trainingsgedeelte mee te kunnen doen. Voor het laatste kwartaal van dit jaar zullen leden van de testpool zich moeten meten aan de gestelde normen. Atleten die niet in deze groep zitten en dat wel willen kunnen zich per direct aanmelden voor de testdagen in Apeldoorn en Nieuwegein.

Leden van de start testpool zijn:

Handbiken:

1. Mischa Hielkema
2. Jetze Plat
3. Johan Reekers
4. Nicole Schefer
5. Laura de Vaan
6. Monique van der Vorst

B/Vi:

7. Richard Bonhof + vaste piloot
8. Arnold Polderman + vaste piloot
9. Alfred Stellemans + vaste piloot

CP:

10. Mark Homan
11. Gijs van Butselaar
12. Nico van Belle

LC:

13. Reitze Blok
14. Teun Kruijff