

Investeringsplan Triathlon Topsport 2021 - 2024



1.1 VISIE OP TOPSPORT EN TALENTONTWIKKELING

Naast het hogere doel: 'topsport als inspiratiebron van een gezonde en sportieve samenleving' is

De missie:

'De Nederlandse Triathlon Bond is de organisatie die voor getalenteerde atleten faciliteiten creëert en activiteiten organiseert om een geselecteerde groep op het hoogste niveau te kunnen laten acteren en presteren'.

Voor alle topsportonderdelen is het doel het winnen van medailles op grote internationale evenementen.

De visie van topsport triathlon is:

Nederland is een land om rekening mee te houden binnen de internationale triathlonwereld.

TeamNL Triathlon is jaarrond aanwezig in de WTC Series, WPS, het EK en WK (van (para)triathlon supersprint tot lange afstand, team relay en duathlon). De resultaten geven een gemeenschappelijk TROTS voor atletenteam, coachteam en begeleidingsteam. Om de missie en visie te realiseren voert de NTB een instroom-, opleidings- en topsportprogramma uit. We doen dit in een verantwoorde lerende omgeving waarin plezier en sportbeleving centraal staan.

De speerpunten zijn:

- Het opsporen van beloftevolle atleten
- Het opleiden van toptalent (Primair: Standard - Olympic Distance, Mixed Team Relay en Secundair: Long Distance/Duathlon)
- Het leveren van topprestaties

Er wordt binnen de RTC's en het NTC gewerkt met het model 'atleet centraal, coach gestuurd, begeleidingsteam ondersteund en prestatiegericht.' Met andere woorden, met elke beslissing of activiteit wordt gekeken:

- Wat de impact is voor de atleet ten aanzien van zijn¹ sport en persoonlijke ontwikkeling (atleet centraal)
- Een gelukkige atleet presteert zowel in de sport als in het onderwijs beter (atleet centraal)
- Is er qua communicatie slechts één stem richting de atleet, namelijk die van de coach (coach gestuurd)
- De experts uit het begeleidingsteam communiceren naar de coach en zijn ondersteunend aan de coach (begeleidingsteam ondersteund)
- Het topsportprogramma is prestatiegericht en vindt plaats in een omgeving waar de sporter op een flexibele wijze aan onderwijs kan deelnemen terwijl hij het programma (voor zowel training als herstel) kan blijven volgen richting internationaal podium.
- Dit allemaal om te komen tot: 'de beste sporters en de beste coaches in het beste programma met de meest optimale faciliteiten'.

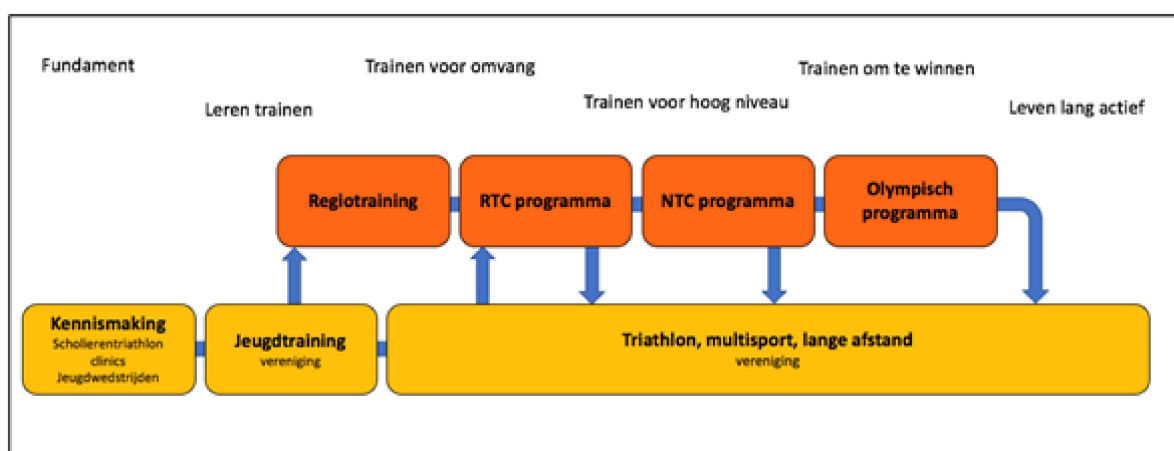
¹ Vanwege de leesbaarheid wordt in dit document alleen gebruikgemaakt van mannelijke verwijzwoorden. Voor elke mannelijke verwijzing dient ook de vrouwelijke verwijzing gelezen te worden.

De sporters in het topsport triathlonprogramma zijn ambitieus, doorzetters, leergierig, zijn in staat tot zelfreflectie en willen tot de beste triatleten van de wereld gaan behoren. Ze hebben een weloverwogen keuze gemaakt om met alle inzet hieraan te werken. De coaches die in het programma werken zijn ambitieus, gepassioneerd, innovatief en hebben kennis en kunde op en van het mondiale niveau van topsport triathlon.

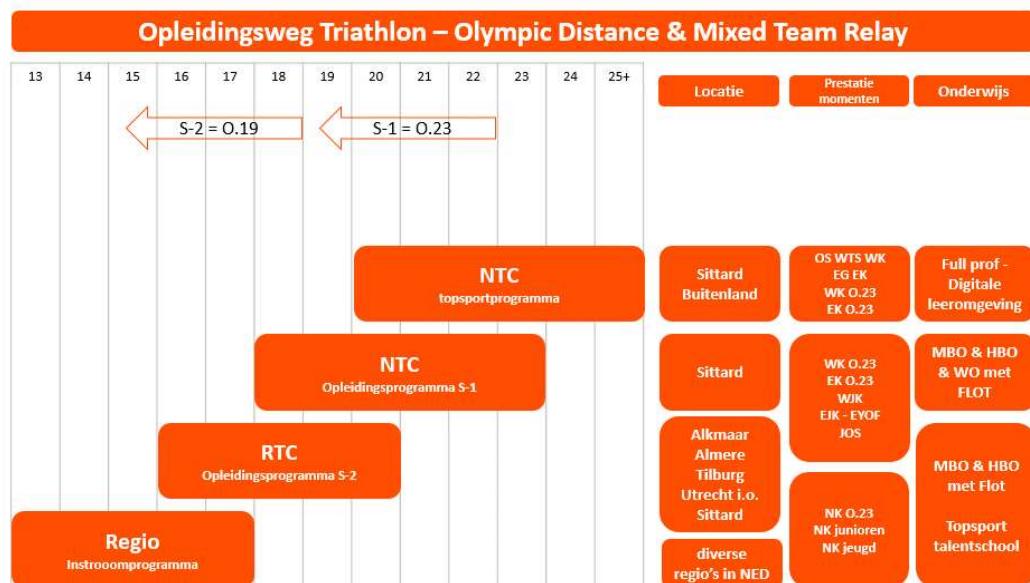
Topsport gaat om continue ontwikkeling: elke dag iets beter worden en het beter doen dan gisteren. Dat geldt voor de sporter, de coach en hun omgeving. Topsport is grensverleggend zonder grensoverschrijdend te zijn. Grenzen verleggen behoort op een verantwoordelijke wijze te gebeuren. Grenzen overschrijden heeft betrekking op het overschrijden van de door de NTB en het NOC*NSF gehanteerde normen en waarden. Grenzen overschrijden wordt op geen enkele wijze geaccepteerd.

1.2 DE ROUTE NAAR DE TOP

Er zijn meerdere routes naar de top. De NTB faciliteert atleten die zich willen ontwikkelen naar Olympisch atleet op de individuele Olympische afstand (OD), de Paralympische afstand (Sprint) of de Mixed Team Relay (MTR). In de fasen *fundament* en *leren trainen* zijn scholen en verenigingen de aanbieders van triathlontrainingen. Vanaf de fase *trainen voor omvang* zijn er opleidingsprogramma's die zich richten op talentidentificatie en talentontwikkeling. In de fase *trainen voor omvang* kunnen atleten deelnemen aan de regionale trainingsgroepen; dit zijn trainingen naast het aanbod van de verenigingen. Na de regiotraining volgt de stap naar een regionaal trainingscentrum (RTC). Dit is een full time programma, waarbij minimaal vijf dagen per week onder leiding van een talentcoach wordt getraind. Dit is de fase van *trainen voor hoog niveau*. Vervolgens is de route van de NTB de overstap naar het nationaal trainingscentrum (NTC), de atleet bevindt zich dan in de laatste fase van *trainen voor een hoog niveau* en in de fase *trainen om te winnen*. In de ontwikkeling tot Olympisch atleet is er veel voor omvang en op hoog niveau getraind. Dat is tevens een goede basis om op de midden- en lange afstand triathlon de mondiale top te kunnen bereiken. De atleet krijgt tijdens de 'route naar de top' advies op welke afstand hij het best tot zijn recht komt. De atleet kan zich verder ontwikkelen vanuit het RTC, NTC en Olympisch programma naar de middenafstand, lange afstand of duathlon.



Hieronder wordt schematisch de inmiddels ontwikkelde doorlopende leerlijn weergegeven, welke ook de komende periode als vertrekpunt en basis voor al het handelen zal worden gehanteerd:



1.3 DOELSTELLINGEN 2021-2024

Om de doelstellingen en Kritische Prestatie Indicatoren (KPI) gestructureerd en samenhangend te beschrijven, wordt gebruik gemaakt van zogenaamde pijlers, voor het eerst gebruikt in het Topsport Investeringsplan 2013 – 2020 dat is aangeboden aan NOC*NSF. Elke pijler levert een substantiële bijdrage aan het komen tot de gewenste topprestaties.

In het investeringsplan 2017+ werden diverse doelen beschreven voor de periode 2017 tot en met 2020. Geconstateerd kan worden dat vele daarvan daadwerkelijk gerealiseerd zijn, we noemen:

- Internationale trainingspartners waren deel van de trainingsgroep in Sittard en op de trainingskampen voor de start van Covid-19. Daarna was dit niet meer mogelijk in de TeamNL bubbel.
- Er is extra aandacht in de trainings- en wedstrijdprogramma's van topsport en in de talentontwikkeling ten aanzien van het nieuwe olympische onderdeel de Mixed Team Relay.
- De atleten hebben allen deelgenomen aan internationale wedstrijden die bij hun niveau horen. De elite-atleten hebben de kwalificatiewedstrijden voor de Olympische of Paralympische spelen kunnen doen. Vier atleten hebben zich gekwalificeerd voor de OS en drie atleten voor de PS.
- De monitoring van de arbeid rust is geoptimaliseerd door gebruik van HRV, TrainingPeaks en dataverwerking in Smartabase, het Atleet Management Systeem van TeamNL.
- Met de atleten en coaches is er gewerkt aan de competenties voor persoonlijke ontwikkeling en prestatiegedrag.
- Duale carrière in zowel topsport en onderwijs is nog niet optimaal op Hogeschool Zuyd. Dit zal in de volgende jaren wederom aandacht krijgen zodat gerealiseerd wordt dat het FLOT-convenant ondertekend wordt.

- Actieve Talentscouting heeft plaatsgevonden voor zowel het Olympische als Paralympisch programma.
- Paratriathlon participeert in het platform Iedereen Kan Sporten Limburg voor sporters met beperking en in SportAkkoord projecten in Alkmaar.
- RTC- en NTC-atleten krijgen tijdens hun sportcarrière de mogelijkheid om een Triathlon Trainer Niveau 3 opleiding te volgen.
- De coaches van het NTC hebben aan kennisdelen gedaan via webinars voor triathloncoaches.
- Topsport en talentontwikkeling heeft samengewerkt met Limburg Cycling, KNWU, KNZB en enkele internationale bonden op Watersley.
- Er is deelgenomen aan wetenschappelijk en innovatief sportonderzoek in samenwerking met andere bonden, onder supervisie van NOC*NSF en met inbreng of deelname vanuit Limburg. Voorbeeld is 'Beat the heat Tokyo' in de klimaatkamer in Sittard.
- De NTB is actief betrokken bij de doorontwikkeling van Watersley Sportcampus tot internationaal trainingscentrum met spin-off naar de regio. Het realiseren van een 50m trainingsbad is daarin cruciaal. Dit voor de internationale trainingskampen en voorbereiding op Parijs 2024 en daarnaast om het 'zwemwatertekort' voor de regionale zwemverenigingen op te lossen.
- Junioratleten uit het hele land hebben trainingsweken of weekenden op Watersley gehad binnen het NTC.
- Het binden van één of meer partners aan de NTB, de triathlonsport en de topsport/NTC is niet gerealiseerd.
- De Nederlandse inbreng in World Triathlon- en Europe Triathlon-commissies of bestuur is stabiel gebleven. Rachel Klamer in de World Triathlon Atleten Commissie, Martin Breedijk in het bestuur van Europe Triathlon en in de Paratri Commissie van World Triathlon. Adrie Berk in de Race Commissie van Europe Triathlon.

Financiële ondersteuning van de TeamNL en de TalentTeamNL programma's

De programma's 'Triathlon Olympisch' en 'Triathlon Paralympisch' worden minimaal tot einde 2024 ondersteund door NOC*NSF, de NTB, de provincie Limburg en sportstad Alkmaar. Triathlon maakt deel uit van de focussporten en heeft naast de voortgangsgesprekken met de prestatie managers van NOC*NSF, de ambtenaren van de provincie Limburg en gemeente Alkmaar elk jaar een uitgebreide review bij TeamNL.

Resultaat, productie, proces doelstelling 2021 – 2024 (KPI)

TeamNL topsport programma:

- De aanbevelingen uit het onderzoeksrapport Fijbes zijn overgenomen en zijn uitgevoerd
- In 2024 nemen we deel met groep van 6+ atleten aan WTC Series
- Jaarlijks 2x een podiumprestatie in de World Triathlon Championship Series
- Jaarlijks een top 8 op het WK Mixed Team Relay
- Elke 4 jaar een podiumprestatie op internationale MD, LD en/of Duathlon kampioenschappen van een doorgestroomde (Talent) TeamNL atleet
- 3 TalentTeamNL paratriatleten ontwikkelen zich in 4 jaar naar World Paratriathlon Series niveau
- In 2024 nemen we deel met groep van 7+ atleten aan World Paratriathlon Series
- Elke World Paratriathlon Series race en WK paratriathlon is er 3x een podiumprestatie
- Elke 4 jaar hebben 2 (ex) topatleten / talenten de trainersopleiding TTN3 afgerond

TalentTeamNL opleidingsprogramma en RTC / Regio instroomprogramma:

- De aanbevelingen uit het onderzoeksrapport Fijbes zijn overgenomen en zijn uitgevoerd
- Jaarlijks 4 nieuwe paratriathlon sporters in een talentprogramma Zuid of Noord
- 2 TalentTeamNL atleten ontwikkelen zich per 4 jaar naar WTCS niveau (top 80)
- 2 TalentTeamNL atleten ontwikkelen zich per 4 jaar naar internationaal top-10 niveau in MD, LD en/of Duathlon
- Jaarlijks top 10 op WK junioren, WK o.23 en Mixed Team Relay
- Jaarlijks top 8 op EK junioren, EK jeugd, EK o.23 en Mixed Team Relay
- Een leefstijlcoach is vanaf 2022 aanwezig op Watersley en beschikbaar voor alle programma's
- Op het Nationaal en elk Regionaal trainingscentrum is er een veilig en positief topsportklimaat en een lerende omgeving
- Het stageprogramma van de RTC-atleten (op NTC en in het buitenland) ontwikkelen tot 40 dagen per jaar
- In 2024 wordt er in 8 regio's minimaal 1 trainingsdag per week regiotraining gegeven
- 2 regioatleten stromen per jaar door naar elk RTC
- 8 RTC-atleten stromen per 4 jaar door naar het NTC-niveau
- Deelname van minimaal 1 jongen en 1 meisje aan YOG en EJO



Voor 2021 - 2024 zijn de onderstaande pijlers belangrijk en worden opgenomen in het investeringsplan en de begroting:

- Atleten
- Coaches en trainers
- Wedstrijden en competities
- Specialistische begeleiding
- Dagelijkse trainingssituatie
- Organisatie en leiderschap

1.3.1 KPI-pijler: atleten

- Alle aanbevelingen uit het onderzoeksrapport Fijbes zijn overgenomen en worden uitgevoerd
- Op het Nationaal en elk Regionaal trainingscentrum is er een veilig en positief topsportklimaat. Atleten houden zich aan de normen en waarden zoals gezamenlijk zijn afgesproken. Realisatie: coaches en atleten
- Atleten kunnen op een hoog niveau in het NTC trainen; atleten maken elkaar beter als collega's. Plezier en ontwikkelen zijn daarbij de uitgangspunten. Realisatie: coaches en atleten
- Elite atleten voldoen aan een ranking ondergrens niveau of een top 16 Worldcup-niveau. Als dit niveau te hoog gegrepen is, zal het advies worden om door te stromen naar (midden) lange afstand, duathlon en/of maatschappelijke carrière. Realisatie: NTB-bondscoach en hoofdcoach talentontwikkeling
- Alle atleten werken door middel van een persoonlijk plan aan de competenties voor persoonlijke ontwikkeling en prestatiegedrag. Realisatie: NTB-bondscoach en hoofdcoach talentontwikkeling met expert Prestatiegedrag
- De arbeid-rust verhouding wordt gemonitord ten behoeve van een optimaal herstellen balans tussen sport, onderwijs en sociaal maatschappelijk leven. Data wordt besproken met atleten, coaches, TeamNL experts en beleidsmakers TeamNL. Realisatie: toegepast wetenschapper en hoofdcoach talentontwikkeling
- Een duale carrière in zowel topsport en onderwijs is mogelijk in Limburg en Brabant op MBO en HBO. (actie: tekenen van het FLOT-convenant door Hogeschool Zuyd!). Realisatie: TeamNL centrum Zuid en NOC*NSF
- Atleten met ambitie en potentie kunnen hun sportieve droom waarmaken en mogen zich ontwikkelen via de lijn (jeugd)vereniging, regiotraining, RTC en mogelijk het NTC. Realisatie: hoofdcoach talentontwikkeling, regiotrainer, talentcoach
- Jaarlijks zijn ervoor Olympisch en Paralympisch minimaal 2 talentdagen, maandelijkse open trainingen en/of triathlon-promotiedagen. Daarnaast vindt scouting plaats bij zwemmers en lopers en is er contact met docenten LO over de veelzijdige bewegers op de scholen. Realisatie: hoofdcoach talentontwikkeling, Talentcoaches Paralympisch, NOCNSF
- Paratriathlon participeert in het platform Iedereen Kan Sporten Limburg voor sporters met beperking en SportAkkoord Alkmaar. Realisatie: talentcoaches paratriathlon
- De TalentTeamNL en TeamNL-atleten krijgen tijdens (en na) hun sportcarrière de mogelijkheid om een Triathlon Trainer Niveau 3 opleiding te volgen. Realisatie: NTB-opleidingen en hoofdcoach talentontwikkeling

1.3.2 KPI-pijler: coaches

- Handhaven fte coaches in het instroom-, opleiding- en topsportprogramma op niveau 2021 en aanpassen aan het aantal ingestroomde/ doorgestroomde atleten. Realisatie: Technisch directeur
- Elke atleet heeft voor de dagelijkse begeleiding een vaste coach, met een co-coach voor de momenten waarop de vaste coach niet in het NTC aanwezig is in verband met wedstrijden of stages. Realisatie: Technisch directeur
- Drie keer per jaar worden de atleten 360 graden besproken in een Multi Disciplinair Overleg met het gehele begeleidingsteam. Elke maand is er een coachoverleg over de ontwikkeling van de atleten met expert Prestatiegedrag. Realisatie: hoofdcoach talentontwikkeling, bondscoach
- Er zijn elk kwartaal intervisie en maandelijks coachoverleggen, waarin kennisdelen en ontwikkelen centraal staan. Realisatie: hoofdcoach talentontwikkeling en bondscoach
- Elke coach krijgt een jaarlijks ontwikkelingsgesprek en werkt aan zijn persoonlijke ontwikkeling. Realisatie: Technisch directeur, hoofdcoach talentontwikkeling
- Er is nationale en internationale samenwerking met o.a. Watersley, Team Limburg Sport, KNZB, KNWU, Limburg Cycling, CyclingClassNL. Realisatie: technisch directeur, hoofdcoach talentontwikkeling

1.3.3 KPI-pijler: wedstrijden en competitie

- De paralympische elite atleten nemen jaarlijks deel aan EK, WK en 2 WPS- of Worldcup wedstrijden om zo hoog mogelijk op de ranking te blijven of te komen. Realisatie: bondscoach en technisch directeur
- Paratriathlon talentgroep atleten nemen jaarlijks minimaal deel aan het NK paratriathlon en als het niveau voldoende is aan 1 Paratriathlon World Cup. Realisatie: talentcoaches paratriathlon.
- De olympische elite atleten nemen jaarlijks deel aan minimaal 6 ranking wedstrijden, individueel en in teamverband, die plaatsing voor de Olympische en Paralympische Spelen tot doel hebben. Realisatie: bondscoach en technisch directeur
- De o.23 atleten nemen jaarlijks deel aan minimaal 4 ranking wedstrijden, om zo hoog mogelijk op de World en European ranking te komen. Dit is noodzakelijk om deel te kunnen nemen aan het WK elite en WK onder 23 jaar. Realisatie: bondscoach en technisch directeur
- De junioren atleten nemen jaarlijks deel aan minimaal 3 Europacups voor junioren voor kwalificatie EK en WK junioren. Realisatie: hoofdcoach talentontwikkeling
- De deelnamequota voor EK en WK worden vooral via objectieve criteria verdeeld en maximaal benut als het niveau van de atleet daarop aansluit. Realisatie: hoofdcoach talentontwikkeling
- De Triathlonbond stimuleert dat belangrijke nationale en internationale kampioenschappen geregeld (elke 2 jaar) in Nederland plaatsvinden. Realisatie: algemeen directeur
- Er is extra aandacht in de training en het wedstrijdprogramma voor nieuwe raceformats. Bijvoorbeeld een mogelijk vierde en vijfde triathlon medal event op de Olympische Spelen van 2028: de Eliminator. Dit is een opeenvolging van supersprint triathlons waarin onderweg deelnemers afvallen. Realisatie: NTB bondscoach en hoofdcoach talentontwikkeling

- Ondanks dat paratriatleten aan elke reguliere Nederlandse wedstrijd kunnen deelnemen, is er toch behoefte aan een aantal (5) aparte startseries cq wedstrijden voor paratriatleten waar de drempel lager is en het voor de deelnemers overzichtelijker is om te starten met deze complexe sport. Realisatie: talentcoaches en bondscoach paratriathlon ism wedstrijdorganisaties.

1.3.4 KPI-pijler: specialistische begeleiding / innovatie

- Voor intensievere begeleiding bij het leven en welzijn als topsporter en wonen op Watersley zal een leefstijlcoach bij het programma betrokken worden. Realisatie: technisch directeur – hoofdcoach talentontwikkeling
- De samenwerking tussen TeamNL trainingcentra Zuid (Brabant-Limburg-Zeeland) en NTB vergroten. Realisatie: technisch directeur en hoofdcoach talentontwikkeling
- Specialistische begeleiding Prestatie Gedrag, Voeding, Fysieke training, (para) medisch op huidig niveau houden en deze kennis inzetten om coaches verder te ontwikkelen. Realisatie: technisch directeur en hoofdcoach talentontwikkeling
- Deelname aan sportonderzoek in samenwerking met andere bonden, onder supervisie van NOC*NSF en met inbreng van of deelname vanuit Limburg 'Brightlands campussen' Initiatief: toegepast wetenschapper, bondscoaches OS en PS
- Meest veelbelovende oplossingen worden direct door de toegepast wetenschapper uitgetoetst. Realisatie: toegepast wetenschapper
- Er worden studenten ingezet voor de meest veelbelovende projecten. De NTB is een leerbedrijf en geeft high potentials kansen. Realisatie: toegepast wetenschapper en hoofdcoach talentontwikkeling
- In onze topsportbegeleiding maken we gericht gebruik van de wetenschap, zodat we voorop blijven lopen met innovatieve oplossingen voor nieuwe en bestaande uitdagingen. Testen en monitoring gebeurt zo veel mogelijk non-invasief, waardoor de continuïteit van het trainingsproces zo weinig mogelijk beïnvloed wordt. Door gebruik te maken van vaste testprotocollen kunnen atleten vergeleken worden met anderen (benchmarking), maar vooral ook met zichzelf (individuele verbetering).
- Het testprogramma kent een vaste periodisering en zal zoveel mogelijk non-invasief zijn. Realisatie: toegepast wetenschapper
- Vergroten depot tweedehands materiaal paratriathlon. Realisatie: bondscoach paratriathlon
- De toegepast wetenschapper is volledig inzetbaar in het Olympisch en Paralympisch programma, zowel voor het NTC als alle RTC's op het gebied van testen, monitoring en trainingsadvies. Realisatie: headcoach en hoofdcoach talentontwikkeling
- Er is periodiek overleg met NOC*NSF om te komen tot een optimaal atleet management systeem waarin alle data (trainingsgegevens en persoonlijke ontwikkeling) samenkomen. Realisatie: toegepast wetenschapper

1.3.5 KPI-pijler: dagelijkse training situatie

- De NTB zal doorlopend meewerken aan de doorontwikkeling van Watersley Sportcampus. Het eerste doel is realisatie van 50mtr trainingsbad in 2022, zodat Watersley een

trainingslocatie wordt die geschikt is voor 'Parijs' voorbereiding voor landen uit andere werelddelen. Initiatief: NTB technisch directeur/ Watersley management

- Er zijn vaste trainingsweken en/of -weekenden voor RTC-junioren binnen het NTC. Daarnaast zijn er flexibele mogelijkheden om high potential atleten uit de RTC's en de overige regio's individueel meerdere weken per jaar aan te laten sluiten op Watersley en in de NTC-trainingsomgeving. Realisatie: hoofdcoach talentontwikkeling
- In de centrale trainingsweken voor de RTC's worden workshops aangeboden m.b.t. de leerlijnen *voeding, strength & conditioning, prestatiegedrag, duale carrière, anti-doping en leefstijl*. Realisatie: hoofdcoach talentontwikkeling
- Er is meer zwemwater beschikbaar (in een 50m bad) voor het NTC en voor internationale teams, nationale verenigingen en nationale selecties voor Limburg trainingkampen (zie 50m trainingsbad Watersley). Realisatie: Watersley provincie
- In 2024 is het in elk RTC mogelijk om minimaal 5x per week een kwalitatieve zwemtraining te doen. Realisatie: hoofdcoach talentontwikkeling

1.3.6 KPI-pijler: organisatie en leiderschap

- Handhaven fte technisch directeur, hoofdcoach talentontwikkeling en medewerkster topsport/ teammanager. Realisatie: NTB
- Het binden van één of meer partners aan de NTB, de triatlonsport en de topsport/NTC. Op die manier derden erbij betrekken, medeverantwoordelijk maken voor ons programma en stimuleren van nieuwe geldstromen. Realisatie: Algemeen directeur / NTB-marketing
- Verhogen Nederlandse inbreng in World Triathlon en Europe Triathlon commissies. Realisatie: NTB
- Het NTC en de RTC's zijn voor de buitenwereld zichtbaar als de plek om je als atleet te ontwikkelen tot topsporter door het gebruik van de geboden faciliteiten, innovatieve ontwikkelingen en de sportieve prestaties. Realisatie: NTB
- De atletencommissie adviseert over het topsportbeleid en de uitvoering daarvan. Minimaal twee keer per jaar, en vaker als daar aanleiding toe is, is er een overleg tussen atletencommissie, technisch directeur en hoofdcoach talentontwikkeling. Realisatie: technisch directeur