



**TOPSPORT
AMSTERDAM**

AMSTERDAMS TALENT FONDS VOOR URBAN SPORTS & VECHTSporten



AMSTERDAMS TOPSPORT TALENT FONDS

Vanuit de gemeente Amsterdam is er een fonds beschikbaar gesteld waarin anders –en niet georganiseerde topsporters kunnen meeliften op de bestaande topsportfaciliteiten in de stad. Hiervoor worden coalitiemiddelen vrijgemaakt waarmee topsporters een wekelijks basispakket voor topsportondersteuning op CTO-niveau krijgen aangeboden passend bij de behoefte van deze sporters en hun talentontwikkeling. Dit alles om deze sporters de mogelijkheid te bieden zich verder te ontwikkelen als topsporter in hun weg naar een zichtbare prestatie op een internationaal topsportpodium.

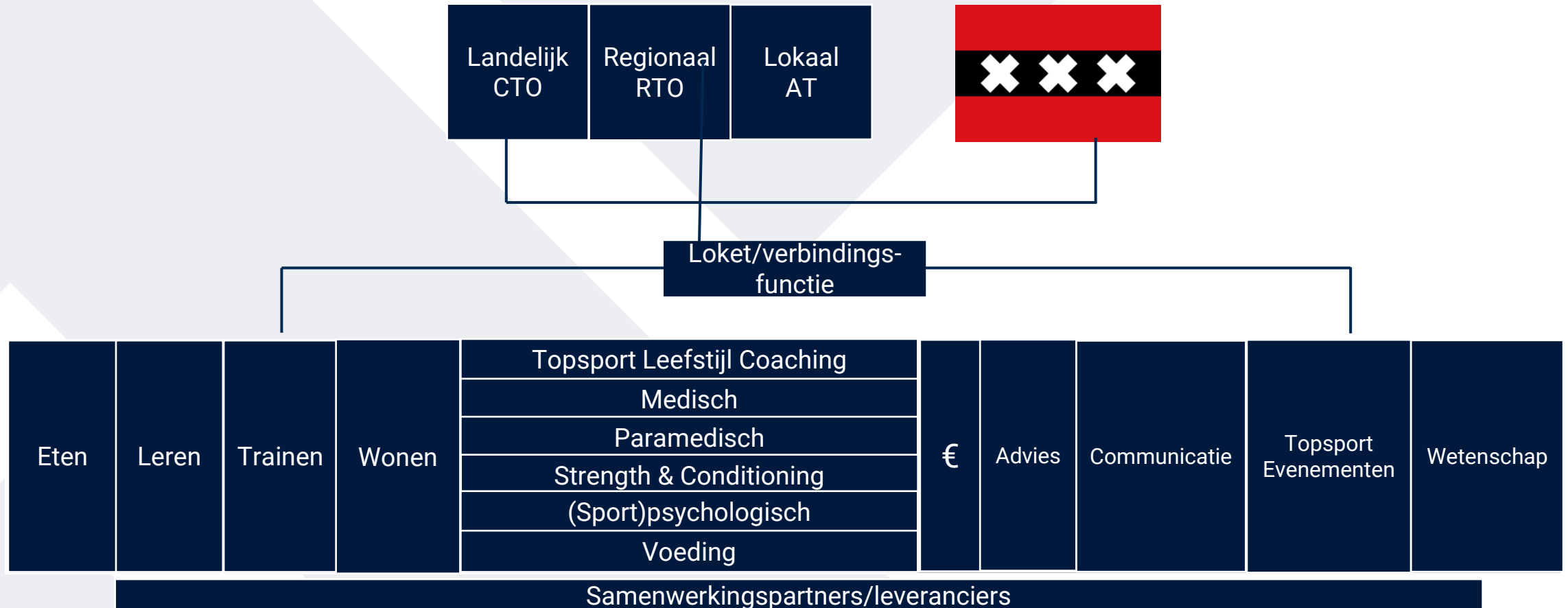
Topsport Amsterdam zal de organisatie van het topsportprogramma voor de sporters uitwerken en uitvoeren. De experts van Topsport Amsterdam zullen de begeleiding vervolgens gaan doen.

Alle topsporters worden volgens een selectieprocedure aan de hand van selectiecriteria op een onafhankelijke manier geselecteerd. Hiervoor is er een selectiecommissie samengesteld die dit met een onafhankelijk voorzitter zullen gaan bepalen.

In dit document lichten we toe wie Topsport Amsterdam is en wat het topsportprogramma inhoudt waar je als topsporter aan kan deelnemen.



WIE IS TOPSPORT AMSTERDAM?



TOPSPORT AMSTERDAM

Topsport Amsterdam ondersteunt de volgende programma's:

1. Nationale topsportprogramma's > TeamNL programma's (oranje - olympisch)
2. Nationale opleidingsprogramma's > TalentTeamNL programma's (jong oranje)
3. Instroomprogramma's > Regionale Training Centra
4. Amsterdams Talent: Topsport Amsterdam ondersteund ook de lokale Amsterdamse Topsportverenigingen en topatleten. Dit doen ze onder de noemer Amsterdams Talent.



Meer info zie: <https://nocnsf.nl/topsportinfrastructuur>

Meer info zie: <https://topsport.amsterdam/?q=page&s=144>

Meer info zie: <https://topsport.amsterdam/?q=cto>



DE NATIONALE PROGRAMMA'S



AMSTERDAMS TALENT



TOPSPORTPROGRAMMA

Onderstaand is een voorlopig programma dat is gebaseerd op de ondersteuning van huidige topsportprogramma's en faciliteiten vanuit Topsport Amsterdam. Dit kan nog worden aangepast.

Sportmedisch inlooppreekuur

High Performance Gym

Fysieke training

Topsportleefstijl Coaching > Duale Carrière

Voedingsbegeleiding

Topsportvoeding

Voorbeeld weekschema

DINSDAG	
16:00-17:00	Medisch inlooppreekuur
16:00-17:00	Topsport Leefstijl Coaching inlooppreekuur
17:00-19:00	Fysieke training
19:00-20:00	Topsportvoeding - avondmaaltijd
DONDERDAG	
16:00-17:00	Medisch inlooppreekuur
16:00-17:00	Voeding inlooppreekuur / workshop / meting
17:00-19:00	Fysieke training
19:00-20:00	Topsportvoeding - avondmaaltijd
ZATERDAG	
09:00-10:00	Medisch inlooppreekuur
10:00-12:00	Fysieke training
12:00-13:00	Topsportvoeding - herstelproducten



SPORTMEDISCH



Sportmedisch inlooppreekuur

- door sportarts en/of fysiotherapeut

- 3x per week

- > curatieve trajecten via zorgverzekering

- > verplicht: vooraf sportmedische keuring (eigen kosten / verzekering) door specialisten TA



HIGH PERFORMANCE GYM



- 3x per week groepssessie onder begeleiding van specialist TA
- gebruik krachtruimte individueel > op vaste momenten in de week en vooraf reserveren
- gebruik krachtruimte altijd onder begeleiding van een trainer / coach



FYSIEKE TRAINING



- 3x per week groepssessie in High Performance Gym met fysieke trainer (zie hiervoor)
- individueel krachtschema door fysieke trainer - daar waar nodig en gewenst



TOPSPORTLEEFSTIJLCOACHING/ DUALE CARRIÈRE



- door één van onze Topsportleefstijl coaches: diverse onderwerpen
- begeleiding bij combinatie topsport en onderwijs
- 1x per week inloopspreekuur rondom een groepssessie
- ieder kwartaal voortgangsgesprek met begeleider



TOPSPORTVOEDING



- 2x per week een avondmaaltijd aansluitend op een groepssessie
- 1x per week herstelproducten aansluitend op een groepssessie



VOEDINGSBEGELEIDING



- 4x per jaar workshop
- 2x per jaar ISAK meting
- 1x per maand inloopsprekkuur rondom een groepssessie voor basis advies en korte vragen
- een individueel maatwerk traject is voor eigen rekening / zorgverzekering

VOOR SPORT EN STAD



