



**Pavo**  feeding excellence



## **SELECTIEDAG PAVO/KNHS TALENTENPLAN REGIO NOORD BRABANT**

Heb jij ambities om je verder te ontwikkelen in de paardensport?

Wil jij je rijtechniek verbeteren en middels mentale trainingen en/of theorie je kennis van de paardensport ontwikkelen om daarmee een goede basis te hebben voor de rest van je carrière in de paardensport?

Schrijf je dan in voor de selectie dag voor de belofte training en/of regio trainingen in Noord Brabant.

### **WELKE TRAININGEN?**

Voor de disciplines dressuur en springen wordt onderscheid gemaakt in de Beloftetraining en Regiotrainingen.



### **BELOFTETRaining**

Het team van trainers dat betrokken is bij dit plan en de belofte trainingen geeft bestaat uit zeer ervaren instructeurs die ook in de wedstrijdspanning actief zijn. Zij vinden het een uitdaging om jonge, ambitieuze ruiters en amazones te begeleiden in hun carrière in de pony- en paardensport.

Marion Schreuder, hoofdtrainer, verzorgt samen met gastdocenten de mentale training en theorie voor zowel de deelnemers als voor de ouders/begeleiders van de deelnemers.

Voor de deelnemers aan deze training is een programma samengesteld dat gericht is op een optimale ondersteuning bij de ontwikkeling in de wedstrijdspanning.

Dit programma bestaat uit:

- 8 trainingsavonden waarop de deelnemers een uur dressuur- of springtraining krijgen van de trainers. Tijdens deze trainingsavonden krijgen de deelnemers (en de ouders/begeleiders) ook regelmatig een uur mentale training/theorie waarin zij leren doelen te stellen, een focus te ontwikkelen, om te gaan met wedstrijdspanning en teleurstelling, etc.
- 2x deelname aan een oefenwedstrijd onder begeleiding van de trainers.
- 2 theorie avonden voor deelnemers en ouders/begeleiders waarbij onderwerpen als voeding en gezondheid van de pony/het paard, fitheid van de ruiter/amazone, etc. behandeld gaan worden.

Bij aanvang van de trainingen ontvangen alle deelnemers een map met alle lesstof van de mentale trainingen en theorie. De deelnemers houden in deze map ook hun weekplanningen, ervaringen/resultaten en hun wedstrijdplanning bij en delen deze informatie periodiek met de trainer.

De training wordt afgesloten met een eindbeoordeling / advies van de trainers.



### **REGIOTRAINING**

Deze training richt zich meer op het praktische deel en bestaat uit 8 trainingsavonden waarop de deelnemers een uur dressuur- of springtraining volgen en 1 avond mentale training door de hoofdtrainer Marion Schreuder.



### **WIE KOMEN IN AANMERKING VOOR DEZE TRAININGEN?**

De beloftetraining is bedoeld voor ruiters en amazones geboren op of na 1 januari 2000 en op of voor 31 december 2007 die actief zijn in de discipline dressuur en springen met een paard of pony categorie D of E.

De regiotraining is bedoeld voor ruiters en amazones geboren op of na 1 januari 1998 en op of voor 31 december 2009 die actief zijn in de discipline dressuur en springen met een paard of pony categorie C, D of E.

Behoor jij tot een van de doelgroepen dan kun je aanmelden voor de selectie dag springen op woensdag 16 oktober 2019 of selectie dag dressuur op donderdag 17 oktober 2019 in Manege de Vierhoeven te Udenhout. Daarbij dien je duidelijk aan te geven of je deel wilt nemen aan de beloftetraining of de regiotrainingen.

## HOE VERLOOPT DE SELECTIE?



- Alle deelnemers vullen voorafgaand aan de selectiedag een portfolio in. Dit portfolio bestaat uit een CV met persoonlijke gegevens, gegevens en feiten over je opleiding, ervaringen en ambities in de paardensport.
- Op de selectiedagen krijgen alle deelnemers in groepen van 3 combinaties per discipline gedurende 45 minuten instructie. In deze training wordt gekeken hoe je de instructies oppakt en wordt er een protocol geschreven met aandachtspunten. Dit protocol krijgt elke deelnemer na afloop toegestuurd.
- Op de selectiedag krijgt elke deelnemer ook een individueel gesprek waarin het portfolio wordt besproken en de deelnemer de mogelijkheid heeft om een verdere toelichting te geven op zijn of haar ambities in de paardensport.

Na de selectiedag zal het team van trainers bepalen welke combinaties deel mogen gaan nemen aan de beloftetraining en/of regiotrainingen. Iedereen krijgt hierover schriftelijk bericht.

Deelnemers aan de regiotraining kunnen in een volgend seizoen mogelijk doorstromen naar de beloftetraining. Deelnemers aan de beloftetraining krijgen de mogelijkheid om in een volgend jaar deel te nemen aan een vervolg van deze trainingen.

## WANNEER EN WAAR WORDEN DE TRAININGEN GEGEVEN?

De trainingen starten in november en staan gepland in de avonden tussen 18.00 en 22.00 uur.

Bij de indeling van de groepen met deelnemers aan de trainingen proberen we enigszins rekening te houden met leeftijd.

De beloftetraining voor dressuur en springen wordt gehouden in Manege de Vierhoeven te Udenhout.

De theorie- en mentale trainingsavonden voor deze deelnemers worden gehouden bij Academy Bartels in Hooge Mierde.

De regio trainingen worden op meerdere locaties gegeven. De exacte locaties en trainers worden bepaald na de selectiedag. Met de indeling van deze groepen proberen we ook enigszins rekening te houden met de reisafstand. De mentale trainingsavond voor deelnemers aan deze trainingen wordt ook centraal gehouden bij Academy Bartels in Hooge Mierde.

## **WAT ZIJN DE KOSTEN?**

De kosten voor deelname aan de selectiedag van deze trainingen bedragen € 30,- per combinatie en per discipline.

Dit bedrag dient op de selectiedag contant te worden voldaan.

De totale kosten voor deelname aan de beloftetraining bedragen € 425,- .

De totale kosten voor deelname aan de regiotraining bedragen € 185,-

Per deelnemer wordt een deelname overeenkomst opgesteld. Deze overeenkomst dient voor aanvang van de trainingen ondertekend te worden en de factuur voor het inschrijfgeld dient voor de eerste training voldaan te worden.

## **HOE KUN JE AANMELDEN?**

Als je deel wilt nemen aan de selectiedag kun je tot en met 1 oktober 2019 per mail het inschrijfformulier / portfolio aanvragen, invullen en versturen aan het wedstrijdsecretariaat van de regio ([wsnoordbrabant@gmail.com](mailto:wsnoordbrabant@gmail.com))

Dit inschrijfformulier kun je eventueel ook downloaden vanaf de website van de regio Noord Brabant [www.knhsregiobrabant.nl/beloftetraining](http://www.knhsregiobrabant.nl/beloftetraining)

## **NOG MEER VRAGEN?**

We hopen je met het bovenstaande voldoende informatie verstrekt te hebben maar heb je nog meer vragen dan kun je een mail sturen aan het wedstrijdsecretariaat [wsnoordbrabant@gmail.com](mailto:wsnoordbrabant@gmail.com).