

**MINIMUMVEREISTEN SELECTIECRITERIA
TOPSPORTSTATUUT F MOUNTAINBIKE XCO 2026-2027**

Inhoudsopgave

1. Doelstellingen/eindcompetenties Topsportstatuut F mountainbike XCO	3
2. Engagement verbonden aan het F-statuu.....	3
3. Selectiecriteria Topsportstatuut F mountainbike XCO	4
3.1. Algemene principes	4
3.2. Minimale instroomvoorwaarde Topsportstatuut F mountainbike	5
3.3. Selectieprocedure na voldoen minimale instroomvoorwaarden	5
3.4. Selectiecriteria MOUNTAINBIKE.....	6
3.4.1. TESTRESULTATEN	6
3.4.2. EXPERTENBEOORDELING.....	9
3.5. Selectieprocedure TOEKENNING topsportstatuut F	10
4. Criteria voor HERNIEUWING Topsportstatuut F mountainbike XCO.....	11
4.1. PERMANENTE EVALUATIE	12
4.2. TESTRESULTATEN	13
4.3. EXPERTENBEOORDELING.....	15
5. Beroepsprocedure F-statuu mountainbike	16
6. Validiteit Selectiecriteria	17
Bijlagen	18

1. Doelstellingen/eindcompetenties Topsportstatuut F mountainbike XCO

Het F-statuuut binnen mountainbike heeft als doel een gericht en duurzaam ondersteuningskader te creëren voor jonge talentvolle renners in een cruciale fase van hun sportieve en persoonlijke ontwikkeling. Cycling Vlaanderen wil hiermee talenten de mogelijkheid bieden om hun sportieve ambities op een verantwoorde manier te combineren met een kwaliteitsvolle schoolloopbaan, zonder dat zij verplicht worden om van schoolomgeving, clubstructuur of persoonlijke trainer te veranderen. De renner blijft dus centraal staan binnen zijn of haar vertrouwde privé-omgeving, met ruimte voor individuele begeleiding en ontwikkeling.

Het F-statuuut vertrekt vanuit het principe dat flexibiliteit essentieel is voor topsportontwikkeling. Daarom wordt ingezet op maatwerk inzake lesmomenten, evaluaties, stageplanning en trainingsbelasting, steeds met aandacht voor studievoortgang, welzijn en duurzame ontwikkeling van de sporter. Dit traject wordt uitgebouwd in nauwe samenwerking tussen scholen, renner/renster, ouders, trainers en Cycling Vlaanderen. Daarbij wordt belang gehecht aan een kwalitatieve sportieve begeleiding binnen de persoonlijke omgeving van de sporter, waarbij de persoonlijke trainer minimaal beschikt over een diploma Trainer B wielrennen.

Het F-statuuut is een selectief ontwikkelingsinstrument voor sporters met een aantoonbaar ontwikkelingsperspectief binnen de olympische discipline mountainbike XCO. Binnen deze visie richt Cycling Vlaanderen zich nadrukkelijk op rennersprofielen met internationaal potentieel. Er wordt daarom specifiek gezocht naar talentvolle mountainbikers die op langere termijn kunnen doorgroeien naar het hoogste internationale niveau en competitief kunnen zijn in kampioenschappen.

Binnen deze werking worden volgende sportieve doelstellingen nagestreefd:

- Realisatie van top 3 EK en/of top 8 WK U19 of U23 in de Olympische discipline van het mountainbike XCO, dit zowel voor vrouwen als mannen.
- Duurzame doorstroom naar het internationale eliteniveau, met als doel het behalen van top 3-prestaties op EK of top 8 op WK in de olympische discipline mountainbike XCO, zowel voor vrouwen als mannen.

2. Engagement verbonden aan het F-statuuut

Sporters die een F-statuuut ontvangen, engageren zich om actief mee te werken aan het ontwikkelings- en topsporttraject van Cycling Vlaanderen. Het F-statuuut houdt wederzijdse verwachtingen en verantwoordelijkheden in, waarbij een professionele houding, open communicatie en duurzame betrokkenheid centraal staan.

Van de sporter wordt verwacht dat hij of zij:

- minimaal deelneemt aan het Belgisch Kampioenschap binnen de discipline waarvoor het F-statuuut werd toegekend;

- zich engageert om gedurende minstens vijf jaar beschikbaar te blijven voor selecties, stages, wedstrijden en andere activiteiten binnen de nationale werking van de desbetreffende discipline;
- actief en constructief samenwerkt met Cycling Vlaanderen, de school, de club en de persoonlijke sportieve begeleiding;
- zich inzet voor een duurzame en professionele ontwikkeling als topsporter;
- de waarden, afspraken en gedragscode van Cycling Vlaanderen respecteert;
- verantwoordelijkheid opneemt in het combineren van sportieve ontwikkeling, schoolloopbaan en persoonlijk welzijn.

Cycling Vlaanderen engageert zich op haar beurt om de atleet binnen dit traject zo optimaal mogelijk te begeleiden en ondersteunen, met respect voor de individuele ontwikkeling en eigen context van de renner.

3. Selectiecriteria Topsportstatuut F voor Mountainbike XCO

3.1. Algemene principes

Een toekenning van het topsportstatuut F mountainbike XCO kan vanaf het kalenderjaar dat de renner/renster 16 jaar wordt/is. Hoewel het officiële juniorentraject start in het kalenderjaar dat een atleet 17 wordt, richt het F-statuuut zich op instroom van talenten op 1 september in het kalenderjaar dat ze 16 jaar worden of zijn, zodat zij tijdens de daaropvolgende winterperiode voorbereid kunnen worden op de intensieve juniorenprogramma's. Hoewel instroom mogelijk is vanaf het kalenderjaar waarin de renner/renster 16 jaar wordt, is het statuut niet uitsluitend voorbehouden aan deze leeftijdsgroep. Ook oudere atleten die nog actief zijn binnen het secundair onderwijs en een duidelijk ontwikkelingspotentieel vertonen, komen in aanmerking.

De identificatie van talent gebeurt in nauwe samenwerking met de nationale werking, zodat vooral atleten met een duidelijke kans op doorstroom naar mondiaal top 8-prestaties in hun discipline in aanmerking komen.

Om in aanmerking te komen voor een kandidaatstelling moet er eerst voldaan worden aan de minimale instroomvoorwaarden. Vervolgens wordt een interne selectieprocedure uitgevoerd door de federatie.

Voor topsportstatuut-F mountainbike komen maximaal 2 topsporters in aanmerking. Afwijkingen op bovenstaande richtlijnen zijn mogelijk op basis van uitzonderlijk talent en/of ontwikkelingspotentieel, te beoordelen door de federatie.

3.2. Minimale instroomvoorwaarde Topsportstatuut F mountainbike

Om in aanmerking te komen voor het stellen van een kandidatuur en de verdere selectieprocedure dient de renner/renster de renner/renster:

U17 opgenomen zijn binnen het regionale ontwikkelingsprogramma (ROP) van Cycling Vlaanderen

U19 en ouder binnen de nationale kernlijst van Belgian Cycling opgenomen te zijn.

3.3. Selectieprocedure na voldoen minimale instroomvoorwaarden

Na het voldoen aan de minimale instroomvoorwaarde worden kandidaten geëvalueerd op basis van twee complementaire luiken (Tabel 1)

- **Testresultaten:** kandidaat dient op dit onderdeel minimaal 80% te behalen.
 - **MTB-techniek**
 - **Fysiek**
- **Experten beoordeling:** een beoordeling door trainerscoördinatoren, technisch directeur topsport en nationale coachen.

Kandidaten dienen een minimum van 80% te behalen op de som van de te beoordelen criteria (volgens leeftijd en geslacht).

		2^e j nieuweling(e) (Jaar waarin renner/renster <u>16 jaar</u> wordt = 2026: °2010)	1^e j junior(e) (Jaar waarin renner/renster <u>17 jaar</u> wordt = 2026: °2009)	2^e j junior(e) (Jaar waarin renner/renster <u>18 jaar</u> wordt = 2026: °2008)
1	TEST RESULTATEN (min. 80%)	-MTB techniek (30 ptn) -Fysiek (50 ptn): ○ Basismotoriek (10 ptn) ○ Uithouding (20 ptn) ○ Sprint-Weerstand (20 ptn)	-MTB techniek (30 ptn) -Fysiek (50 ptn): ○ Uithouding (25 ptn) ○ Sprint-Weerstand (25 ptn)	
2	EXPERTEN BEOORDELING	Beoordeling trainerscoördinatoren, technisch directeur topsport en nationale coach (20 ptn)	Beoordeling trainerscoördinatoren, technisch directeur topsport en nationale coach (20 ptn)	
	TOTAAL	100 ptn (min. 80%)	100 ptn (min. 80%)	100 ptn (min. 80%)

Tabel 1: Overzicht evaluatiekader instroom Topsportstatuut F mountainbike XCO per leeftijd

3.4. Selectiecriteria MOUNTAINBIKE

3.4.1. TESTRESULTATEN

Testresultaten binnen de discipline mountainbike XCO bestaan uit twee hoofdluiken, namelijk MTB-techniek en de fysieke component.

3.4.1.1. MTB techniek

Allereerst wordt er een score gegeven aan mountainbike-specifieke technieken die getest worden tijdens een door de federatie georganiseerde testdag in Beringen. Dit MTB-parcours maakt het mogelijk om gestandaardiseerde testen af te nemen, waarbij verschillende deelaspecten van mountainbiketechiek aan bod komen. Voor een overzicht wordt verwezen naar tabel 2 waarin per leeftijdscategorie wordt weergegeven welke technieken hierbij aan bod komen, evenals de weging van de verschillende technische onderdelen.

Voor de specifieke invulling van de gescoorde technieken verwijzen we naar bijlage 2 (*Score mountainbike-Technieken F-statuut mountainbike 2026-2027*)

%	U16	U17	U18	U19	U23
Surplace	8	8	4	4	4
Noodstop	8	8	4	4	4
Endo	8	8	7	7	7
Wheelie	8	8	7	7	7
Bochten	14	14	15	15	15
Bunny hop	13	13	15	15	15
Rockgarden	13	13	15	15	15
Drop	7	7	9	9	9
Jump	7	7	9	9	9
Klimmen	14	14	15	15	15

Tabel 2 De deelaspecten mountainbike- specifieke techniek per leeftijd

3.4.1.2. MTB fysiek

Binnen het topsportstatuut F mountainbike XCO wordt gekozen voor een geïntegreerde aanpak, waarbij in aanvulling op gestandaardiseerde testing ruimte wordt gelaten voor bijkomende interpretatie van velddata afkomstig van trainingen, wedstrijden, veldtesten (bvb. Klimtest Belgian Cycling). De fysieke evaluatie is opgebouwd uit drie deelaspecten (zie Tabel 3), namelijk:

- Basismotoriek
- Sprintweerstand
 - 15" maximaal gemiddeld vermogen (sprint-weerstand)
 - 1' maximaal gemiddeld vermogen (sprint-weerstand)
- Uithoudingsvermogen
 - 5' maximaal gemiddeld vermogen (uithouding)
 - Anaërobe drempel (uithouding)

De behaalde scores worden niet afzonderlijk beoordeeld, maar geïnterpreteerd binnen een geïntegreerd benchmarkkader dat opgesteld werd in functie van het topsportstatuut F mountainbike XCO (zie bijlage 1).

			U17	U19		U23
VAARDIGHEDEN	TESTOMSCHRIJVING	EENHEID	16	17	18	19
Basismotoriek						
Coördinatie	Balance Beam	#	33%	nvt	nvt	nvt
Coördinatie	Zijdelings springen over plankje	#/30sec	33%	nvt	nvt	nvt
Coördinatie	Zijwaarts verplaatsen plankje	#/40sec	33%	nvt	nvt	nvt
Sprint-Weerstand						
Wattbike	15" sprint - gem. rel.	Watt/kg	50%	50%	50%	50%
Trainingsdata	1' vermogenswaarde- gem. relatief	Watt/kg	50%	50%	50%	50%
Uithouding						
Ergometer	5' test – gem. relatief	Watt/kg	50%	50%	50%	50%
Extern testlabo	Bepaling Anaërobe drempel	Watt/kg	50%	50%	50%	50%

Tabel 3: Fysieke parameters met de onderlinge weging voor de verschillende leeftijdscategorieën

BASISMOTORIEK

▪ Balance Beam (dynamisch evenwicht)

De sporter gaat blootsvoets op de breedste evenwichtsbalk klaar staan met beide voeten achter elkaar. De sporter probeert dan 8 pasjes rugwaarts te doen. Telkens de grond geraakt wordt, start een nieuwe poging. Na drie pogingen op de balk met een breedte van 6 cm wordt dit ook drie keer uitgevoerd op een balk met 4,5 cm breedte en ten slotte nog drie keer op een balk met een breedte van 3 cm. De score is de som van het aantal passen dat tijdens de drie pogingen uitgevoerd wordt op elke balk. Bijv.: 8 + 8 + 8 = 24 op de balk van 6cm; 6 + 8 +

5 = 19 op de balk van 4,5cm en $3 + 3 + 5 = 11$ op de balk van 3cm. In totaal scoort de sporter 54 (= 24 + 19 + 11) punten voor deze test (maximum 72). Indien de sporter de balk in 7 passen overschrijdt, krijgt hij of zij 8 punten toegekend.

▪ **Zijdelings springen over plankje (snelheid onderste ledematen)**

De sporter gaat blootsvoets op de mat staan. De voeten parallel met het balkje. De sporter springt vanaf het startsignaal zo vlug mogelijk heen en weer over het balkje gedurende 15 seconden. Beide voeten moeten de grond raken bij ieder contact. Er worden in totaal 2 pogingen ondernomen met voldoende rust ertussen. Telkens de sporter over het balkje springt wordt 1 punt toegekend. De 2 pogingen worden genoteerd en samengeteld.

▪ **Zijwaarts verplaatsen plankje (grootmotorische coördinatie)**

De sporter gaat blootsvoets op een plankje staan en houdt het andere plankje in beide handen ter hoogte van het bekken. Op het startsignaal van de testleider plaatst de sporter het plankje van in zijn handen naast het plankje waarop hij staat en stapt vervolgens op dit plankje. Het plankje dat nu vrij is, neemt hij vast met beide handen en plaatst het terug naast zich. Zo gaat de sporter zich zo vlug mogelijk zijwaarts verplaatsen in een rechte lijn gedurende 20 seconden. Er worden in totaal twee pogingen ondernomen.

Telkens de sporter op het andere plankje staat worden 2 punten toegekend. M.a.w. 1 punt wanneer de sporter het plankje vastgrijpt en 1 punt wanneer de sporter op het plankje gaat staan (dus twee punten per cyclus). Er worden twee pogingen ondernomen en de scores van beide worden samengeteld.

SPRINT-WEERSTAND

▪ **15" sprint**

De test wordt afgenomen op een Wattbike Pro ergometer. De test bestaat erin om vanuit rust (cadans = 0 tpm; snelheid = 0 m/s) een maximale inspanning over een tijdsinterval van 15 seconden te leveren. De sporter mag (**zowel bij instroom als doorstroom**) klikpedalen gebruiken. Tijdens de uitvoering houdt de sporter het stuur vast in de stuurbeugel. Hij/zij mag neerzitten en/of recht op de pedalen staan tijdens de test. De met de ergometer opgelegde weerstand tijdens de test wordt aangegeven door de Wattbike ergometer op basis van het lichaamsgewicht van de renner. Dezelfde instelling van deze weerstand wordt gehanteerd bij de doorstroomtesten. Bij het scoren van de 15" test, wordt het gemiddelde relatief vermogen over 15 seconden (in W/kg) genoteerd.

▪ **1' vermogenswaarde**

De 1-minuut prestatie is een kernparameter binnen het luik sprint-weerstand en geeft inzicht in het vermogen om gedurende korte tijd een zeer hoge intensiteit te leveren en te behouden. Bij de evaluatie wordt rekening gehouden met:

- Het maximaal gemiddelde geleverde vermogen (W/kg) over 1 minuut
- De recentheid (data uit afgelopen jaar) en betrouwbaarheid van de beschikbare data
- De consistentie van prestaties over meerdere metingen

De 1-minuut vermogenswaarde wordt bij voorkeur bepaald op basis van recente en gevalideerde trainings- en wedstrijddata. Het vermogen dat gemeten werd tijdens training wordt tijdens de 5' test (zie onder) gevalideerd aan dit van de Cyclus 2 Ergometer. Verder kan indien aanvullende validatie nodig is, ook gebruik gemaakt worden van de afgeleide vermogensdata tijdens de officiële klimtesten van de federatie. Op deze manier wordt een objectieve en geïntegreerde inschatting gemaakt.

UITHOUDING

- **5' vermogenswaarde**

De test wordt uitgevoerd op een Cyclus 2-ergometer, waarop de fiets van de geteste renner wordt gemonteerd. De renner voert een all-out inspanning van 5 minuten uit en bepaalt hierbij zelf de weerstand en pacingstrategie. De test start bij een uitgangsvermogen van 100 watt, binnen een cadansbereik van 95–110 tpm. Tijdens de test moet de cadans gemiddeld boven de 95 tpm blijven om een geldig resultaat te bekomen. De test eindigt wanneer 5 minuten verstreken zijn. Het resultaat wordt uitgedrukt als het gemiddeld geleverde vermogen over de volledige testduur, relatief ten opzichte van het lichaamsgewicht (in W/kg). Deze test dient ook ter validatie van de door de renner gebruikte vermogensmeter en data die uit trainings- en wedstrijddata afgeleid kan worden.

- **Anaërobe drempel**

De bepaling van de anaërobe drempel gebeurt via een submaximale inspanningstest. Deze test gaat door en kan enkel afgenomen worden op door Cycling Vlaanderen gekozen locaties (Wielercentrum Eddy Merckx – Inspanningslabo UGent – Inspanningslabo KU Leuven). De test wordt uitgevoerd volgens een oplopend protocol met stapgrootte van 8 minuten, waarbij de vermogensstappen worden afgestemd op de leeftijd en het lichaamsgewicht. Dit laat toe om op een gestandaardiseerde en individuele manier de fysiologische drempel te bepalen. De resultaten van deze test worden uitgedrukt in functionele prestatieparameters (o.a. W/kg aan drempelniveau) en maken integraal deel uit van de uithoudingscomponent binnen de fysieke evaluatie.

3.4.2. EXPERTENBEOORDELING

Naast de beoordeling van de testresultaten wordt voor de selectie of her-selectie ook rekening gehouden met de beoordeling door de technisch directeur topsport en trainingscoördinatoren en de nationale coach van de desbetreffende discipline(s) waarvoor de renner/renster zich kandidaat stelt. Deze kenners van het jeugdwielrennen zijn door gerichte scouting correct geplaatst om de renner in te schatten op items zoals wedstrijd tactiek, techniek en groeipotentieel. De totaalscore voor dit deel is het gemiddelde van de ingegeven scores van alle geraadpleegde personen.

3.5. Selectieprocedure TOEKENNING topsportstatuut F

- Een toekenning van het topsportstatuut F mountainbike kan vanaf het kalenderjaar dat de renner/renster 16 jaar wordt/is op 1 september.
- Ook oudere renners/rensters die nog in het secundair onderwijs zitten, komen in aanmerking voor instroom.
- De kandidaat moet in aanmerking kunnen komen voor de Belgische nationale selectie voor deelname aan internationale wedstrijden, m.a.w. Belg zijn.
- Kandidaten kunnen zich enkel kandidaat stellen indien zij voldoen aan de minimale instroomvoorwaarden zoals beschreven in punt 3.2 van dit document.
- Ten laatste op 15 juni 2026 (ifv schooljaar 2026-2027) en 30 april 2027 (ifv schooljaar 2027-2028) moet het ingevuld selectieformulier op de federatie toekomen. Hierbij moet de kandidaat de nodige bewijsstukken aanleveren om aan te tonen dat aan de minimale instroomvoorwaarden is voldaan en moet duidelijk zijn dat de kandida(a)t(e) lid is van Cycling Vlaanderen.
- Door de federatie gebeurt een interne selectie op basis van de criteria vermeld in punt 3.3 van dit document (selectiecriteria toekenning topsportstatuut F).
- Hierbij moet alvast voldaan worden aan volgende voorwaarden:
 - De kandidatuurstelling moet op tijd gebeuren.
 - De renner/renster moet een gedateerd getuigschrift hebben van een dokter.
 - De renner/renster moet waardevol zijn voor de federatie, zie: doelstellingen Topsportstatuut F op pagina 3.
- Na deze selectie volgt een sportmedisch instaponderzoek in het UZ Gent. Enkel diegenen die als niet geschikt voor Topsport worden beoordeeld, worden niet verder weerhouden.
- De federatie doet vervolgens een voordracht van deze kandidaten aan de gemengde selectiecommissie, bestaande uit vertegenwoordigers van Sport Vlaanderen, Belgisch Olympisch en Interfederaal Comité en de Vlaamse Sportfederatie.
- Voorafgaand aan deze voordracht worden de betrokken scholen reeds gecontacteerd door de federatie om hen te informeren en uit te nodigen voor een online infomoment, zodat zij tijdig op de hoogte zijn van de mogelijke toekenning van een topsportstatuut F.
- De gemengde selectiecommissie evalueert de kandidaturen op basis van de vooropgestelde criteria en het toekomstig potentieel van de renner/renster, en beslist over de principiële toekenning van het topsportstatuut F.
- Na een positieve principiële beslissing van Sport Vlaanderen brengt Cycling Vlaanderen de betrokken scholen opnieuw formeel op de hoogte.
- De school dient vervolgens, via de klassenraad, een schriftelijke bevestiging te bezorgen van de praktische haalbaarheid en ondersteuning van het topsportstatuut F. Deze bevestiging wordt overgemaakt aan Sport Vlaanderen via Cycling Vlaanderen.
- Na ontvangst van deze bevestiging wordt het topsportstatuut F definitief toegekend.
- De kandidaten worden op de hoogte gebracht van de beslissing tot al dan niet toekenning van het topsportstatuut F.
- Voor de geselecteerde renners/rensters zal Cycling Vlaanderen bij het begin van het schooljaar in overleg treden met de betrokken school om de praktische regeling van het topsportstatuut F binnen het onderwijs vast te leggen.

4. Criteria voor HERNIEUWING Topsportstatuut F mountainbike XCO

De federatie doet een interne herselectie op basis van de scores voor 3 rubrieken: 'permanente evaluatie', 'testresultaten' en 'expertenbeoordeling'. Deze items worden gescoord 2x per jaar, namelijk in januari en voor het einde van het schooljaar (juni). Om in aanmerking te komen voor herselectie voor topsportstatuut F dient de renner/renster minstens 8/10 op de rubriek testresultaten (*) én minstens 75% te behalen op de som van de te beoordelen criteria (volgens leeftijd, geslacht).

- Voor de renners die wensen door te stromen als mountainbiker, moet bijkomend een minimum score van 80% behaald worden op de testresultaten.
- En daarop bouwend wordt verwacht dat ze minstens 1 x de nationale selectie hebben behaald in de voorbije periode binnen het F-statuuut.

		2^e j nieuweling(e) (Jaar waarin renner/renster <u>16 jaar</u> wordt = 2026: °2010)	1^e j junior(e) (Jaar waarin renner/renster <u>17 jaar</u> wordt = 2026: °2009)	2^e j junior(e) (Jaar waarin renner/renster <u>18 jaar</u> wordt = 2026: °2008)
1	PERMANENTE EVALUATIE	○ Attitude (5ptn) ○ Trainingsdagboek, -uitvoering, wedstrijdplanning (5ptn) ○ Mentaal profiel (5ptn) ○ Topsportmentaliteit gelinkt aan trainen en competentie (5ptn)	○ Attitude (5ptn) ○ Trainingsdagboek, -uitvoering, wedstrijdplanning (5ptn) ○ Mentaal profiel (5ptn) ○ Topsportmentaliteit gelinkt aan trainen en competentie (5ptn)	
2	TEST RESULTATEN* (min. 80%)	- MTB techniek (30 ptn)* - Fysiek (40 ptn): ○ Basismotoriek (10 ptn) ○ Uithouding (15 ptn) ○ Sprint-Weerstand (15 ptn)	- MTB techniek (30 ptn)* - Fysiek (40 ptn): ○ Uithouding (20 ptn) ○ Sprint-Weerstand (20 ptn)	
3	EXPERTEN BEOORDELING	Beoordeling trainerscoördinatoren, technisch directeur topsport en nationale coach (10 ptn)	Beoordeling trainerscoördinatoren, technisch directeur topsport en nationale coach (10 ptn)	
	TOTAAL	100 ptn (min. 75%)	100 ptn (min. 75%)	100 ptn (min. 75%)

Tabel 4: Overzicht evaluatiekader doorstroom Topsportstatuut F mountainbike XCO per leeftijd

4.1. PERMANENTE EVALUATIE

○ **Attitude**

Dit item bestaat uit een score van indicatoren die aantonen dat de renner over de juiste levenshouding beschikt ter ondersteuning van de beoefening van sport op hoog niveau. Jeugdrenners kunnen en mogen niet leven zoals volwassen profatleten. Niettemin zijn waardes zoals respect, discipline en inzet belangrijke eigenschappen die op elke leeftijd van toepassing zijn en een belangrijke plaats krijgen in de opleiding richting topsport. Zonder deze eigenschappen zijn de kansen op topresultaten op internationaal eliteniveau zeer gering. De beoordeling is gebaseerd op de eerste 5 items van het huishoudelijk reglement. Ze worden elk beoordeeld met een score 0 (nooit), 0,5 (meestal) of 1 (altijd) zodat een maximum van 5 punten kan bereikt worden. De items zijn:

- Stiptheid
- Houding en mentaliteit
- Hygiëne en verzorging
- Materiaal, kledij, toebehoren en infrastructuur
- Veiligheid

○ **Trainingsdagboek, trainingsuitvoering en wedstrijdplanning**

Trainingsinhoud, wedstrijdplanning en Trainingsdagboek = item 6 van het HR (5 punten). Het volgen van een vooraf afgesproken trainings- en wedstrijdplanning en het nadien rapporteren van de uitgevoerde opdrachten en bijhorende gevoel is een belangrijk item in het ganse trainingsproces van elke renner/renster. De leerlingen worden hierin beoordeeld volgens de doelstellingen van item 6 in het huishoudelijk reglement. Via tussentijdse evaluaties houden de trainerscoördinatoren de stand van zaken bij en melden regelmatig mogelijke verbeterpunten, zodat de renner de kans krijgt te evolueren.

○ **Mentale profilering**

Aan de hand van een in te vullen vragenlijst en gesprek met de sportpsycholoog wordt een inschatting gemaakt van de juiste mentaliteit, motivatie, omgeving en potentieel tot ontwikkeling van de renner of renster in kwestie. Volgende rubrieken worden gescoord:

- Zelfregulatie
- Weerbaarheid
- Emotieregulatie
- Visualiseren
- Communicatie
- Coping
- motivatie

○ **Topsportmentaliteit**

Dit item scoort in welke mate de renner tijdens trainingsmomenten en competitie over de juiste mentaliteit beschikt om door te groeien naar een topsporter van hoog niveau.

4.2. TESTRESULTATEN

Testresultaten binnen de discipline mountainbike XCO bestaan uit twee hoofdluken, namelijk MTB-techniek en de fysieke component.

4.2.1.1. MTB techniek

Allereerst wordt er een score gegeven aan mountainbike-specifieke technieken die getest worden tijdens een door de federatie georganiseerde testdag in Beringen. Dit MTB-parcours maakt het mogelijk om gestandaardiseerde testen af te nemen, waarbij verschillende deelaspecten van mountainbiketechniek aan bod komen. Voor een overzicht wordt verwezen naar tabel 2 waarin per leeftijdscategorie wordt weergegeven welke technieken hierbij aan bod komen, evenals de weging van de verschillende technische onderdelen.

Voor de specifieke invulling van de gescoorde technieken verwijzen we naar bijlage 2 (*Score mountainbike-Technieken F-statuut mountainbike 2026-2027*)

%	U16	U17	U18	U19	U23
Surplace	8	8	4	4	4
Noodstop	8	8	4	4	4
Endo	8	8	7	7	7
Wheelie	8	8	7	7	7
Bochten	14	14	15	15	15
Bunny hop	13	13	15	15	15
Rockgarden	13	13	15	15	15
Drop	7	7	9	9	9
Jump	7	7	9	9	9
Klimmen	14	14	15	15	15

Tabel 5 De deelaspecten mountainbike- specifieke techniek per leeftijd

4.2.1.2. MTB fysiek

Binnen het topsportstatuut F mountainbike XCO wordt gekozen voor een geïntegreerde aanpak, waarbij in aanvulling op gestandaardiseerde testing ruimte wordt gelaten voor bijkomende interpretatie van velddata afkomstig van trainingen, wedstrijden, veldtesten (bvb. Klimtest Belgian Cycling). De fysieke evaluatie is opgebouwd uit drie deelaspecten (zie Tabel 6), namelijk:

- Sprintweerstand
15" maximaal gemiddeld vermogen (sprint-weerstand)

1' maximaal gemiddeld vermogen (sprint-weerstand)

- Uithoudingsvermogen

5' maximaal gemiddeld vermogen (uithouding)

Anaërobe drempel (uithouding)

De behaalde scores worden niet afzonderlijk beoordeeld, maar geïnterpreteerd binnen een geïntegreerd benchmarkkader dat opgesteld werd in functie van het topsportstatuut F mountainbike XCO (zie bijlage 1).

			U17	U19		U23
VAARDIGHEDEN	TESTOMSCHRIJVING	EENHEID	16	17	18	19
Sprint-Weerstand						
Wattbike	15" sprint - gem. rel.	Watt/kg	50%	50%	50%	50%
Trainingsdata	1' vermogenswaarde- gem. relatief	Watt/kg	50%	50%	50%	50%
Uithouding						
Ergometer	5' test – gem. relatief	Watt/kg	50%	50%	50%	50%
Extern testlabo	Bepaling Anaërobe drempel	Watt/kg	50%	50%	50%	50%

Tabel 6: Fysieke parameters met de onderlinge weging voor de verschillende leeftijdscategorieën

SPRINT-WEERSTAND

▪ 15" sprint

De test wordt afgenomen op een Wattbike Pro ergometer. De test bestaat erin om vanuit rust (cadans = 0 tpm; snelheid = 0 m/s) een maximale inspanning over een tijdsinterval van 15 seconden te leveren. De sporter mag (**zowel bij instroom als doorstroom**) klikpedalen gebruiken. Tijdens de uitvoering houdt de sporter het stuur vast in de stuurbeugel. Hij/zij mag neerzitten en/of recht op de pedalen staan tijdens de test. De met de ergometer opgelegde weerstand tijdens de test wordt aangegeven door de Wattbike ergometer op basis van het lichaamsgewicht van de renner. Dezelfde instelling van deze weerstand wordt gehanteerd bij de doorstroomtesten. Bij het scoren van de 15" test, wordt het gemiddelde relatief vermogen over 15 seconden (in W/kg) genoteerd.

▪ 1' vermogenswaarde

De 1-minuut prestatie is een kernparameter binnen het luik sprint-weerstand en geeft inzicht in het vermogen om gedurende korte tijd een zeer hoge intensiteit te leveren en te behouden. Bij de evaluatie wordt rekening gehouden met:

- Het maximaal gemiddelde geleverde vermogen (W/kg) over 1 minuut
- De recentheid (data uit afgelopen jaar) en betrouwbaarheid van de beschikbare data
- De consistentie van prestaties over meerdere metingen

De 1-minuut vermogenswaarde wordt bij voorkeur bepaald op basis van recente en gevalideerde trainings- en wedstrijddata. Het vermogen dat gemeten werd tijdens training wordt tijdens de 5' test (zie onder) gevalideerd aan dit van de Cyclus 2 Ergometer. Verder kan indien aanvullende validatie nodig is, ook gebruik gemaakt worden van de afgeleide vermogensdata tijdens de officiële klimtesten van de federatie. Op deze manier wordt een objectieve en geïntegreerde inschatting gemaakt.

UITHOUDING

- **5' vermogenswaarde**

De test wordt uitgevoerd op een Cyclus 2-ergometer, waarop de fiets van de geteste renner wordt gemonteerd. De renner voert een all-out inspanning van 5 minuten uit en bepaalt hierbij zelf de weerstand en pacingstrategie. De test start bij een uitgangsvermogen van 100 watt, binnen een cadansbereik van 95–110 tpm. Tijdens de test moet de cadans gemiddeld boven de 95 tpm blijven om een geldig resultaat te bekomen. De test eindigt wanneer 5 minuten verstreken zijn. Het resultaat wordt uitgedrukt als het gemiddeld geleverde vermogen over de volledige testduur, relatief ten opzichte van het lichaamsgewicht (in W/kg). Deze test dient ook ter validatie van de door de renner gebruikte vermogensmeter en data die uit trainings- en wedstrijddata afgeleid kan worden.

- **Anaërobe drempel**

De bepaling van de anaërobe drempel gebeurt via een submaximale inspanningstest. Deze test gaat door en kan enkel afgenomen worden op door Cycling Vlaanderen gekozen locaties (Wielercentrum Eddy Merckx – Inspanningslabo UGent – Inspanningslabo KU Leuven). De test wordt uitgevoerd volgens een oplopend protocol met stapgrootte van 8 minuten, waarbij de vermogensstappen worden afgestemd op de leeftijd en het lichaamsgewicht. Dit laat toe om op een gestandaardiseerde en individuele manier de fysiologische drempel te bepalen. De resultaten van deze test worden uitgedrukt in functionele prestatieparameters (o.a. W/kg aan drempelniveau) en maken integraal deel uit van de uithoudingscomponent binnen de fysieke evaluatie.

4.3. EXPERTENBEOORDELING

Naast de beoordeling van de testresultaten wordt voor de selectie of her-selectie ook rekening gehouden met de beoordeling door de technisch directeur topsport, de trainingscoördinatoren en de desbetreffende nationale coach van de discipline(s) waarvoor de renner/renster zich kandidaat stelt. Deze kenners van het jeugdwielrennen zijn door gerichte scouting correct geplaatst om de renner in te schatten op items zoals wedstrijd tactiek, techniek en groeipotentieel. De totaalscore voor dit deel is het gemiddelde van de ingegeven scores van alle geraadpleegde personen.

5. Beroepsprocedure F-statuut mountainbike

Bij niet akkoord omtrent een niet-instroom of niet-doorstroom kan de renner/renster met zijn/haar klacht terecht bij de Topsportcommissie CV en dit binnen de acht dagen na bekendmaking aan de renner/renster van de niet-instroom of niet-doorstroom. Deze klacht kan per mail of per aangetekende brief gericht worden aan de Topsportcommissie CV. Indien de renner/renster niet akkoord gaat met het besluit van de Topsportcommissie kan de renner/renster de zaak aanhangig maken bij het bondsparket CV te Brussel. Dit beroep dient men binnen de acht dagen na de beslissing van de Topsportcommissie neer te leggen via mail of per aangetekend schrijven. Er dient door de leerling/ouders een administratieve kost van € 65 betaald te worden op rekeningnummer BE77 3930 0404 0242 met vermelding: "Naam + Voornaam + Beroepsprocedure Topsportstatuut F".

De bekendmaking van de beslissing van zowel Topsportcommissie als Bondsparket gebeurt steeds schriftelijk (mail of aangetekende brief) en dit binnen de 10 werkdagen na ontvangst van de klacht of het beroep.

Adres Topsportcommissie: Topsportcommissie CV, Strandlaan 3, 9000 Gent.

koen.beeckman@cycling.vlaanderen

Adres Bondsparket: Bondsparket CV, Strandlaan 3, 9000 Gent.

griffiebondsparket@cycling.vlaanderen

6. Validiteit Selectiecriteria

- Literaire bronnen:
 - a. Balyi, I., Way, R., Norris, S., Cardinal, C and Higs, C. (2005). *Canadian Sport for Life. Long-term athlete development*. Vancouver, Canada: Canadian Sport Centres.
 - b. Lenoir, M., Philippaerts, R., Vaeyens, R. en Pion, J. (2011). Talentdetectie vanuit een wetenschappelijke invalshoek: het Vlaams Sport Kompas in cijfers. Gent: Universiteit Gent.
 - c. Borszcz, F.K., Tramontin, A.F., de Lucas, R.D., & Costa, V.P. (2024). Is the 5-Minute Time-Trial Cycling Test a Valid Predictor of Maximal Oxygen Uptake? An External Cross-Validation Study. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 19(6), 565–575.
 - d. Gross, M., & Lüthy, F. (2020). Anaerobic Power Assessment in Athletes: Are Cycling and Vertical Jump Tests Interchangeable? *Sports*, 8(5), 60. <https://doi.org/10.3390/sports8050060>
 - e. Mostaert, M. (2022). Measuring performance to predict performance : the development of the Cycling Compass. Ghent University. Faculty of Medicine and Health Sciences, Ghent, Belgium.
 - f. Sitko, S., Cirer-Sastre, R., Corbi, F., & López-Laval, I. (2021). Five-Minute Power-Based Test to Predict Maximal Oxygen Consumption in Road Cycling. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 17(1), 9–15.
 - g. Wainwright, B., Cooke, C. B., & O'Hara, J. P. (2016). The validity and reliability of a sample of 10 Wattbike cycle ergometers. *Journal of Sports Sciences*, 35(14), 1451–1458. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1215495> .
- Expertise:
 - b. Arne Wallays:
Technisch directeur topsport Belgian Cycling; Master LO&BWS; trainer A Wielrennen.
 - c. Erwin Koninckx:
Embedded Scientist Wielrennen, Trainingscoördinator BMX en Wegwielrennen;
Burgerlijk Ingenieur + licentiaat en doctoraat in de motorische revalidatiewetenschappen; trainer A Wielrennen.
 - d. Jan Vancompernelle:
Trainingscoördinator Baanwielrennen; Master LO&BWS; trainer A Wielrennen.
 - e. Koen Beeckman:
Technisch directeur topsport; Bachelor LO; trainer A Wielrennen en ex-profrenner.
 - f. Sander Huybrechts:
Trainingscoördinator Mountainbike en Aspirant master Master LO&BWS; aspirant trainer A Wielrennen

Bijlagen

1. Evaluatietabellen F-statuuat mountainbike XCO 2026-2027
2. Score mountainbike-Technieken F-statuuat mountainbike 2026-2027
3. Sportrapporten F-statuuat mountainbike 2026-2027