SPORTRAPPORT - Piste Sprint- U17

TOPSPORTSCHOOL WIELRENNEN

Koen Beeckman - Dominique Perissi

Naam renner/renster:
Klas:

	1e semester		*2e semester*		
1. Permanente evaluatie				**TOTAAL:**	**#DELING.DOOR.0! / 20**
A. ATTITUDE	**0,0 /5**		**0,0 /5**		**0,0 / 5**
- Stiptheid	*/1*		*/1*		
- Houding en mentaliteit	*/1*		*/1*		
- Hygiëne en verzorging	*/1*		*/1*		
- Materiaal, kledij en infrastructuur	*/1*		*/1*		
- Veiligheid	*/1*		*/1*		
B. TRAININGSUITVOERING, WEDSTRIJDPLANNING EN TRAININSDAGBOEK	**/5**		**/5**		**#DELING.DOOR.0! / 5**
C. MENTAAL PROFIEL	**0,0 /5**		**0,0 /5**		**0,0 / 5**
- Omgaan met tegenslagen	*/5*		*/5*		
- Openheid voor feedback	*/5*		*/5*		
- Zelfstandigheid	*/5*		*/5*		
- Fouten durven maken	*/5*		*/5*		
- Taakgerichtheid	*/5*		*/5*		
D. TOPSPORTMENTALITEIT	**/5**		**/5**		**#DELING.DOOR.0! / 5**
2. Testresultaten				**TOTAAL (*):**	**0,0 / 70**
					Beste jaarscore:
PISTE FYSIEK	**0 /70**		**0 /70**		
Basismotoriek	*0 /15*		*0 /15*		**0,0 / 15**
Balance Beam	*/10*		*/10*		
Zijdelings springen over een balkje	*/10*		*/10*		
Zijwaarts verplaatsen balkje	*/10*		*/10*		
Sprongkracht	*0 /15*		*0 /15*		**0,0 / 15**
Staande vertesprong (50%)	*/10*		*/10*		
Counter Movement Jump (Hips) (50%)	*/10*		*/10*		
Sprintvermogen	*0 /20*		*0 /20*		**0,0 / 20**
6" sprint gemiddeld vermogen (25%)	*/10*		*/10*		
6" sprint piek vermogen (25%)	*/10*		*/10*		
200m VS (50%)	*/10*		*/10*		
Weerstand	*0 /20*		*0 /20*		**0,0 / 20**
30" sprint ergometer (25%)	*/10*		*/10*		
250m SS (75%)	*/10*		*/10*		
3. Expertenbeoordeling				**TOTAAL:**	**#DELING.DOOR.0! / 10**
Beoordeling trainers, TSC en coach	**/10**		**/10**		**#DELING.DOOR.0! / 10**

HERSELECTIE: **JAARTOTAAL = ########## (**)**

Feedback 1e semester:

Feedback 2e semester:

Handtekening federatie

(*) = in kader van herselectie moet hier een minimum van 60% (42/70) behaald worden.
(**) = in kader van herselectie moet hier een resultaat van min. 60% behaald worden.

SPORTRAPPORT - Piste Sprint- U19-U23

Koen Beeckman - Dominique Perissi

Naam renner/renster:
Klas:

	1e semester		*2e semester*		
1. Permanente evaluatie				**TOTAAL:**	**########## / 20**
A. ATTITUDE	**0,0 /5**		**0,0 /5**		**0,0 / 5**
- Stiptheid	*/1*		*/1*		
- Houding en mentaliteit	*/1*		*/1*		
- Hygiëne en verzorging	*/1*		*/1*		
- Materiaal, kledij en infrastructuur	*/1*		*/1*		
- Veiligheid	*/1*		*/1*		
B. TRAININGSUITVOERING, WEDSTRIJDPLANNING EN TRAININSDAGBOEK	**/5**		**/5**		**########## / 5**
C. MENTAAL PROFIEL	**0,0 /5**		**0,0 /5**		**0,0 / 5**
- Omgaan met tegenslagen	*/5*		*/5*		
- Openheid voor feedback	*/5*		*/5*		
- Zelfstandigheid	*/5*		*/5*		
- Fouten durven maken	*/5*		*/5*		
- Taakgerichtheid	*/5*		*/5*		
D. TOPSPORTMENTALITEIT	**/5**		**/5**		**########## / 5**
2. Testresultaten				**TOTAAL (*):**	**0,0 / 70**
				Beste jaarscore:	
PISTE FYSIEK	**0,0 /70**		**0,0 /30**		
Sprintvermogen	*0,0 /35*		*0,0 /35*		**0,0 / 35**
6" sprint gemiddeld vermogen (25%)	*/10*		*/10*		
6" sprint piek vermogen (25%)	*/10*		*/10*		
200m VS (50%)	*/10*		*/10*		
Weerstand	*0 /35*		*0 /35*		**0,0 / 35**
30" sprint ergometer (25%)	*/10*		*/10*		
250m SS (75%)	*/10*		*/10*		
3. Expertenbeoordeling				**TOTAAL:**	**########## / 10**
Beoordeling trainers, TSC en coach	**/10**		**/10**		**########## / 10**

HERSELECTIE: **JAARTOTAAL = ########## (**)**

Feedback 1e semester:

Feedback 2e semester:

Handtekening federatie

(*) = in kader van herselectie moet hier een minimum van 60% (42/70) behaald worden.
(**) = in kader van herselectie moet hier een resultaat van min. 60% behaald worden.