

Jaarverslag topsport Vlaamse Zwemfederatie 2017

Koen Van Buggenhout, Technisch Directeur Topsport VZF

1. Evaluatie van het talentdetectieprogramma:

i. Inleidende beschrijving talentdetectieprogramma

De doelstellingen het Future Team (FT) van de VZF zijn talentdetectie en aanzet tot talentontwikkeling. Het FT is het instrument om talentvolle jongeren vroegtijdig te detecteren en hen samen met hun omgeving te oriënteren naar een kwaliteitsvolle begeleiding.

De begeleiding van de geselecteerden in het FT gebeurt grotendeels op clubniveau, aangevuld met vijf door de VZF georganiseerde contacttrainingen per regio en twee centrale midweken. Tijdens deze activiteiten wordt er gewerkt rond diverse aspecten waaraan we belang hechten in de ontwikkeling van de jonge zwemmers (aanzet tot talentontwikkeling) en worden de geselecteerden systematisch opgevolgd door de VZF (talentdetectie).

De begeleiding door de VZF gebeurt op een pedagogisch correcte manier, zodat de geselecteerden het FT ervaren als leuk en motiverend. De nadruk in het FT ligt op het vervolmaken van de technieken van de genormeerde zwemslagen. De doelgroep is meisjes 12 en 13 jaar en jongens 13 en 14 jaar. Op deze leeftijd zouden deze zwemmers technisch reeds goed gevormd moeten zijn, maar uit de testen blijkt echter dat veel van de zwemmers op deze leeftijd een ondermaatse score behalen op zwemtechniek. Om deze reden wordt er in het FT de nadruk gelegd op de vervolmaking van de zwemtechniek. Verder is de leeftijd van het FT de start van de 'Train to Train' fase, een fase waarin het trainingsvolume sterk toeneemt. Dit is één van de redenen waarom we bij deze selectie trainingsstages onder de vorm van midweken opnemen in het programma. Tijdens deze stages is er ook voldoende tijd om andere aspecten, die van belang zijn in een mogelijke verdere sportcarrière, aan te halen. Zo wordt er telkens gewerkt op een midweekstage rond een bepaalde mentale basisvaardigheid.

Een regionale contacttraining omvat het volgende:

- een droogtraining;
- een theoretische sessie aangaande zwemtechniek;
- een zwemtraining waarin fysiologische en technische aspecten aan bod komen;
- stretching.

Een centrale midweek omvat naast de elementen uit de contacttrainingen het volgende:

- intensievere begeleiding en opvolging van de zwemmers op één locatie;
- werking rond een op voorhand bepaald thema;
- alternatieve (sport en spel) activiteiten;
- workshops met ouders en/of trainers.

ii. Evaluatie talentdetectieprogramma

De evaluatie van de werking van het talentdetectieprogramma van het seizoen 2016-2017 en de werking voor het seizoen 2017-2018 zijn besproken op een vergadering op 21/09/2017. Op deze vergadering waren de voornaamste begeleiders van het FT aanwezig. Vanuit de VZF waren Inge Leeten (Sporttechnisch Coördinator Jeugd) en Koen Van Buggenhout (Technisch Directeur Topsport) aanwezig.

In de evaluatie stond de volgende vraag centraal: hoe kunnen we de doelstellingen van het talentdetectieprogramma beter bereiken? Hiervoor zijn de aanwezigen opgedeeld in twee groepen, die elk apart een SWOT analyse hebben gemaakt in functie van de te bereiken doelstellingen van het FT. Vervolgens zijn deze punten samengebracht in de volledige groep. Het FT programma met regionale contacttrainingen en centrale midweken werd positief geëvalueerd, desalniettemin werden volgende werkpunten naar voor geschoven voor het seizoen 2017-2018:

a. Nadruk op zwemtechniek

We stellen vast dat de zwemtechnische bagage van de zwemmers bij instroom in het FT niet op het niveau is van de zwemtechnische doelstellingen uit de meerjarenplanning zwemmen voor deze leeftijd. Dit blijkt uit een nulmeting op de startdag, maar ook uit de zwemtechnische evaluaties op de activiteiten. Hiervoor ondernemen we volgende acties:

- De techniek sessies worden interactiever gemaakt en de presentaties moeten meer aansluiten bij het ontwikkelingsniveau van de zwemmers.
- Waar mogelijk worden de eliteatleten nog meer betrokken om de zwemtechniek uit te leggen en te demonstreren, dit werkt ook motiverend en inspirerend (bijvoorbeeld 'SwimExperience' van Emmanuel Vanluchene op de FT startdag van 30/09/2017).
- Er zal voortaan in de technische evaluaties progressie zitten: van een basisevaluatie bij aanvang van het FT tot een meer uitgebreide analyse op het einde van het FT.

b. Clubtrainers meer betrekken

We stellen nog steeds vast dat de clubtrainers onvoldoende betrokken zijn bij de FT werking. Hiervoor zetten we verder in op de volgende acties:

- Er worden workshops georganiseerd voor de trainers tijdens de FT activiteiten (bijvoorbeeld de FT startdag van 30/09/2017 en op de FT contactdag van 20/03/2018).
- Tijdens de VJK (09-11/02/2018) is er de mogelijkheid tot terugkoppeling vanuit de VZF.

c. Ambitie en motivatie

Het ontdekken van ambitie in het zwemmen en het verhogen van de motivatie zijn doelstellingen van het FT, hier zal verder op worden ingezet met de volgende acties:

- Op de midweken blijvend werken rond bepaalde thema's.
- Op de midweken blijvend inzetten op alternatieve (sport en spel) activiteiten, deze worden zeer positief ervaren en werken onder meer groepsvorming in de hand.

Tenslotte wordt de normering van de testen en standaardsets in 2018 verder op punt gesteld.

2. Evaluatie van de talentontwikkelingsprogramma's

i. Inleidende beschrijving talentontwikkelingsprogramma's

De talentontwikkelingsprogramma's zijn gericht op een zo groot mogelijke doorstroom van de jeugd naar de Elite. Doelcompetities op internationaal niveau waaraan ook de elitezwemmers deelnemen (OS, WK en EK) liggen voor de zwemmers uit de talentontwikkelingsprogramma's meestal op middellange termijn. Om een zo groot mogelijke doorstroom van de jeugd naar de Elite te realiseren werden volgende talentontwikkelingsprogramma's voorgesteld: het Talent Development Team (TdT), het Junior Team (JT), de topsportschool zwemmen en Beloftevolle Jongeren (BJ).

Het TdT en het JT zijn de jeugdselecties van de topsportwerking en vallen onder de verantwoordelijkheid van de Hoofdcoach Jeugd. De tussentijdse doelstelling van deze jeugdselecties topsport en van de topsportschool zwemmen is het behalen van een individuele selectie voor de Europese Junioren Kampioenschappen (EJK) zwemmen voor de meisjes op de leeftijd van 17 jaar en voor de jongens op de leeftijd van 18 jaar.

Voor het vervolgtraject richting individuele Elite (dames 18+ en heren 19+) wordt er voor instap uitgegaan van de limietijd voor deelname aan de EJK zwemmen. Er wordt een progressiecurve van drie jaren voorzien onder de vorm van de BJ, waarbij de limietijd voor deelname aan de Wereldkampioenschappen (WK) in het derde jaar behaald dient te worden. De BJ worden op het addendum ondergebracht onder de Beloftevolle Jongeren (aangezien ze nog niet de leeftijd en ook nog niet het niveau van de Elite hebben bereikt), maar ze trainen wel mee op hoog niveau in de elitewerking met als doelstelling om op een termijn van maximaal drie jaar aansluiting te vinden bij het eliteniveau. Vanaf de leeftijd van BJ vallen ondersteunde zwemmers dan ook onder de verantwoordelijkheid van de Hoofdcoach Elite.

ii. Evaluatie talentontwikkelingsprogramma's

De evaluatie van de werking van de talentontwikkelingsprogramma's van het seizoen 2016-2017 en de werking voor het seizoen 2017-2018 zijn besproken op de topsportcommissie zwemmen van 15/06/2017. Onderstaande aandachtspunten naar de werking van de talentontwikkelingsprogramma's kwamen naar voor en werden actiepunten in 2018:

TdT:

- De omkadering moest herbekeken worden, er was nood aan een vrouwelijke begeleider in elke jeugdselectie. Actie 2018: Annelies Basslé is aangesteld in het TdT.
- Het programma (startdag, herfststage, paasstage, centrale woensdagtraining) werd als positief ervaren en is behouden.
- Op de communicatie met coaches/clubs werd reeds ingezet, maar dit moest nog beter (we krijgen weinig tot geen feedback). Actie: vanaf 2018 worden er twee centrale contacttrainingen met beeldopnames toegevoegd aan het ontwikkelingsprogramma. Op deze contacttrainingen worden de clubtrainers uitgenodigd.
- Wedstrijdresultaten op deze leeftijd (EYOF 2017) zijn van ondergeschikt belang aan het realiseren van de ontwikkelingsdoelstellingen en worden niet verder toegelicht in punt 2.

JT:

- Er moest opgenomen worden in de selectievoorwaarden dat ze moeten deelnemen aan regionale en nationale kampioenschappen. Actie: vanaf 2018 is dit opgenomen.
- Het programma (startdag, herfststage, kerststage, paasstage, lactaattesten, beeldopnames, internationale wedstrijd) werd als positief ervaren en is behouden.
- Beeldanalyses: deze mochten vrij ingepland worden in de jaarplanning, maar hier is niet door iedereen gebruik van gemaakt. Degenen die er gebruik van maakten waren positief. Actie: vanaf 2018 worden er twee centrale contacttrainingen met beeldopnames toegevoegd aan het talentontwikkelingsprogramma. Op deze contacttrainingen worden de clubtrainers uitgenodigd.
- De internationale wedstrijd in Amiens was een meerwaarde, te behouden indien de datum op een goed moment viel in de jaarplanning. Actie: datum Amiens 2018 was niet interessant in de jaarplanning, er wordt deelgenomen aan de Swim Cup in Eindhoven als alternatief voor de internationale wedstrijd in Amiens.
- Voor de betere zwemmers gold dat we ze meer moesten uitdagen en blootstellen aan internationaal niveau. Er zou vanaf 2018 een apart traject van enkele internationale wedstrijden worden opgesteld. Actie 2018: er wordt deelgenomen aan de volgende wedstrijden: de Euromeet in Luxemburg (selectie binnen JT), de internationale wedstrijd in Béthune (selectie binnen JT), de Swim Cup in Eindhoven (volledig JT) en een nog te bepalen internationale wedstrijd korte baan eind 2018 (selectie binnen JT, Edinburgh?).
- De wedstrijdresultaten op deze leeftijd hebben een gelijkaardig belang als het realiseren van de ontwikkelingsdoelstellingen en worden in punt 3 verder toegelicht.

BJ:

- De BJ selectie traint mee in de elitewerking met als doelstelling om op korte tot middellange termijn (1-3 jaar) aansluiting te vinden bij het eliteniveau. De evaluatie van de resultaten van deze zwemmers gebeurt individueel en wordt in punt 3 verder toegelicht. De meeste zwemmers maakten progressie, maar hebben niet de kans gekregen om deel te nemen aan een internationaal zomertornooi (geen afvaardiging van estafetteploegen naar de WK zwemmen in 2017). Actie 2018: op de Flanders Swimming Cup in januari 2018 werd er een estafette 4x100m vrije slag heren gezwommen in nationaal teamverband, met naast twee Belgische ploegen onder meer deelname van nationale ploegen uit Nederland, Portugal en Litouwen.
- Algemeen moesten er meer gemeenschappelijke activiteiten ontwikkeld worden voor de zwemmers uit de estafetteprojecten om zodoende één team te smeden en hen te prikkelen om samen de prestatiedoelstellingen van de estafetteprojecten te behalen. Actie: vanaf 2018 worden er vier centrale contacttrainingen met beeldopnames toegevoegd aan het talentontwikkelingsprogramma. Op deze contacttrainingen worden de clubtrainers uitgenodigd. Om het engagement van de zwemmers binnen de estafetteprojecten ook bindend te maken, dienen ze dit schriftelijk te bevestigen.

3. Voorbereiding van en de deelname aan internationale wedstrijden, van geregistreerde topsporters of topsporttalenten.

- i. Beschrijving van het gerealiseerde topsportprogramma, in het bijzonder van de geregistreerde topsporters of topsporttalenten

JT:

- De inhoud van het topsportprogramma van het JT is reeds opgesomd onder punt 2. In grote lijnen bestaat het topsportprogramma uit een aantal contactmomenten (lactaattesten en beeldopnames), een aantal trainingsstages (schoolvakanties) en minimaal één internationale voorbereidingswedstrijd. De rest van de trainingen wordt afgewerkt in de topsportschool zwemmen (dit betreft het grootste deel van deze selectie) of in de zwemclub. Ook krijgen de zwemmers van het JT ondersteuning vanuit het multidisciplinair team van de VZF.
- Bij aanvang van het seizoen is er een startdag met algemene informatie en wordt er een gesprek ingepland met de geselecteerde zwemmer en zijn/haar clubcoach om de individuele jaarplanning te bespreken. De lactaattesten dienen vervolgens bij de VZF te worden gevolgd ter opvolging van de jaarplanning en vanaf 2018 zijn de beeldopnames ook op vaste momenten ingepland. De clubtrainers worden op al deze contactmomenten uitgenodigd en krijgen advies met betrekking tot de jaarplanning.
- In april 2017 hebben we met het volledige JT deelgenomen aan de internationale wedstrijd in Amiens. We merken dat het positief is om de zwemmers uit de comfort zone te halen (andere omgeving, andere tegenstanders, hoger niveau), dit levert ons veel leermomenten op.
- De (tussentijdse) doelstelling van het JT en van de topsportschool zwemmen is het behalen van een individuele selectie voor de EJK. Vanuit de VZF wisten er zich in 2017 in totaal acht zwemmers individueel te selecteren voor de EJK, allen uit de jeugdselectie JT. Vijf van deze acht zwemmers werden begeleid in de topsportschool zwemmen. Slechts zes zwemmers namen finaal deel aan de EJK, Eva Bonnet haakte af met een blessure, Fleur Vermeiren nam deel aan het EYOF in plaats van aan de EJK.
- Vanuit de VZF wisten er zich in 2017 in totaal vijf zwemmers individueel te selecteren voor de WJK, allen uit de jeugdselectie JT. Vier van deze vijf zwemmers werden begeleid in de topsportschool zwemmen. Slechts twee zwemmers namen finaal deel aan de WJK, Eva Bonnet haakte af met een blessure, Lotte Goris en Camille Bouden opteerden voor een jaarplanning zonder deelname aan de WJK (de WJK vonden plaats eind augustus).

BJ en Elite:

- Uitgezonderd Jasper Aerents (die begeleid werd in de club in samenwerking met de VZF), werden al de zwemmers van de BJ en de Elite in 2017 begeleid in de elitewerking van de VZF of in de kernploeg van Brabo.
- De topsportprogramma's van deze zwemmers zijn bij aanvang van het seizoen besproken met de Technisch Directeur Topsport en de Hoofdcoach Elite en werden allen goedgekeurd door de topsportcommissie zwemmen. Tussentijdse evaluaties en eventuele wijzigingen aan het topsportprogramma zijn ook steeds besproken op de topsportcommissie zwemmen.

- In grote lijnen bestond het topsportprogramma uit een aantal contactmomenten (lactaattesten en beeldopnames), een aantal trainingsstages en meerdere internationale voorbereidingswedstrijden. Ook krijgen de zwemmers van de BJ en de Elite ondersteuning vanuit het multidisciplinair team van de VZF.
- De doelstelling van de Elite is het behalen van een finaleplaats in een Olympische discipline op een internationale wedstrijd (EK, WK of OS). Vanuit de VZF wisten er zich in 2017 in totaal drie zwemmers individueel te selecteren voor de WK lange baan, allen uit de elitewerking van de VZF of de kernploeg van Brabo. Het betrof de elitesporters Louis Croenen, Pieter Timmers en Kimberly Buys.
- Vanuit de VZF wisten er zich in 2017 in totaal vijf zwemmers individueel te selecteren voor de EK korte baan, allen uit de elitewerking van de VZF of de kernploeg van Brabo. Het betrof de elitesporters Louis Croenen, Pieter Timmers, Emmanuel Vanluchene en Kimberly Buys en de beloftevolle jongere Basten Caerts. Verder konden we twee estafetteploegen bij de heren afvaardigen.
 - ii. Evaluatie van de resultaten en effectmeting in functie van de gestelde doelstellingen

JT:

- De wedstrijdresultaten van de dames estafetteploegen 4x100m vrije slag en 4x200m vrije slag op de EJK waren zeer goed. De Belgische ploeg behaalde brons op de 4x100m vrije slag en zilver op de 4x200m vrije slag.
- Lotte Goris behaalde een individuele finaleplaats op de EJK op de 400m vrije slag.
- Algemeen stellen we op de EJK en de WJK echter vast dat veel van de zwemmers tijdens het jaar (op de internationale wedstrijd in april en op de BK in mei) een mooie progressie maken, maar dat ze dit niveau veelal niet halen tijdens het internationaal zomertornooi. Een mindset van presteren op het internationaal zomertornooi diende te worden gestimuleerd, evenals deze zwemmers tijdens het seizoen meer onder druk zetten op wedstrijden op internationaal niveau. Actie 2018: hier wordt een project rond opgezet met de zwemmers die zich plaatsen voor de EJK.

BJ en Elite:

- Het feit dat er geen enkele zwemmer van de beloftevolle jongeren zich individueel kon plaatsen voor de WK lange baan en dat we bovendien geen estafetteploeg heren konden afvaardigen was niet in lijn met de gestelde objectieven.
- Bij de beloftevolle jongeren waren de belangrijkste kanshebbers voor plaatsing voor de WK lange baan Eva Bonnet en Basten Caerts. Eva Bonnet kon haar kansen in 2017 onvoldoende verdedigen door een aanhoudende schouderblessure. Basten Caerts slaagde er niet in om zich te plaatsen voor de WK lange baan en richtte zich vervolgens op de world cups in korte baan in augustus, die wel erg succesvol waren. Het is de doelstelling voor deze twee beloftevolle jongeren om in 2018 wel de stap naar het eliteniveau te zetten (doelstelling top 12 op de EK lange baan 2018).
- Zoals in punt 2 toegelicht worden er in 2018 gemeenschappelijke activiteiten georganiseerd voor de estafetteploegen om zodoende één team te smeden en hen te prikkelen om samen de prestatiedoelstellingen van de estafetteprojecten te behalen.

- De prestaties op de WK lange baan van de drie elitezwemmers waren niet in lijn met de gestelde objectieven.
- Kimberly Buys behaalde op de WK lange baan de halve finale in de 100m vlinderslag. Op de 50m vlinderslag haalde ze de finale in een nieuw BR (25.70), in de finale werd ze verdienstelijk 8e. De doelstelling voor Kimberly Buys is om de progressie van 2017 op de 50m vlinderslag in 2018 door te trekken naar de 100m vlinderslag.
- Louis Croenen miste op de WK lange baan op een haar na de halve finale van de 200m vlinderslag, hij zette wel een persoonlijke besttijd neer op de 100m vlinderslag (52.74). Louis was vermoeid na een volledig seizoen combinatie studie en trainingen. Louis Croenen zijn trainingen zijn inmiddels opgedreven na een evaluatie van de afgelopen voorbereidingen (nu wordt er meer gewerkt zoals bij de voorbereiding op Kazan 2015).
- Pieter Timmers kon zich op de WK lange baan niet plaatsen in de 50 en 200m vrije slag. Op de 100m vrije slag zwom hij de halve finale maar kon hij zich niet plaatsen voor de finale. Pieter Timmers had een gebrekkige voorbereiding (hij was vader geworden in aanloop van de WK lange baan).
- Pieter Timmers was goed op de EK korte baan met bestijden en een zilveren medaille 100m vrije slag in een nieuw BR (46.54).
- Emmanuel Vanluchene behaalde op de EK korte baan goede resultaten (4e plaats 100m wisselslag).
- Kimberly Buys behaalde op de EK korte baan een finale op de 50m vlinderslag en op de 100m vlinderslag. De transfer van haar snelheid naar de 100m blijft een werkpunt (zie ook bespreking WK lange baan).
- Louis Croenen was op de EK korte baan een goed niveau op zijnummers, maar de 200m vlinderslag was niet goed. Louis volgt inmiddels een aangepast trainingsprogramma (zie ook bespreking WK lange baan).
- Basten Caerts was ziek op de EK korte baan en haalde niet zijn beste niveau. Zijn jaarplanning is na de EK korte baan aangepast (rustperiode).
- De estafette 4x50m vrije slag heren behaalde op de EK korte baan de finale. Via de estafette hebben bovendien twee zwemmers van de beloftevolle jongeren de kans gekregen om op groot toernooi ervaring op te doen onder de vleugels van ervaren elitezwemmers.