



Document Travelling Coaches

Het coachen en begeleiden van tennisspelers bij nationale- en internationale toernooien komt op verschillende niveaus voor en is een zeer belangrijk onderdeel in de sport. Het opmaken van de balans door coach en pupil; wat gaat goed, waar liggen de verbeterpunten en hieraan korte- en langetermijn POP en vervolgstappen koppelen, is zeer belangrijk om progressie in het spel te maken. Niet alleen het resultaat, maar ook het proces dat leidt tot het resultaat is van groot belang. Er zijn veel zaken waar je als coach rekening mee moet houden. Om je als coach zo goed mogelijk voor te bereiden, geeft het document 'Travelling Coaches' je een overzicht van werkzaamheden gedurende een reisweek en vóór, rond en ná de wedstrijd. Daarnaast biedt het jou een leidraad voor het geven van feedback aan eventuele andere betrokkenen na afloop van het toernooi. Denk hierbij bijvoorbeeld aan privétrainers, ouder(s) en/of verzorgers.

1. Voorbereiding

- Letters of consent meenemen als je reist met minderjarige kinderen. Zie rijksoverheid.nl voor de laatste versie van een internationaal erkend document.
- Geldigheid paspoorten/ID kaarten checken.
- Neem indien mogelijk een (video)camera, trainingshulpmiddelen en een iPad/laptop mee. Zorg voor eventueel bevestigingsmateriaal om de camera in het hek op te kunnen hangen (info verkrijgbaar bij KNLTB Technische staf).
- Maak een document per speler waarin hij zijn doelstellingen naar aanleiding van zijn POP opschrijft en een verslag en evaluatie van de wedstrijd kan noteren.
- Voedingsadvies opvragen en (laten) sturen bij bijzondere landen. Voor meer ondersteuning raadpleeg de voedingsexpert van de KNLTB (Miriam van Reijen).
- Check of een land veilig is via de website van het Ministerie van Buitenlandse zaken.
- Contact opnemen (ontmoeten indien mogelijk) met de (eventuele) privétrainer omtrent aandachtspunten/ bijzonderheden van de speler die wellicht aansluiten bij jouw speler(s).
- Indien mogelijk: gezamenlijk trainen met alle spelers voor vertrek en korte ontmoeting/uitleg aan ouders.

2. Aankomst eerste dag

- Onafhankelijk van de aankomsttijd probeer altijd iets van fysieke activiteit te doen op de eerste dag (tennis, fitness, balsport).
- Meteen na aankomst naar de club/locatie van het toernooi voor kennismaking/verkennen/training plannen volgende dag/inschrijven etc.
- Teammeeting: spreek jouw verwachtingen op en buiten de baan duidelijk uit naar de spelers voor de gehele reisperiode. Leg eventuele afspraken vast en deel ze (al dan niet digitaal).
- Geen jongens op meisjeskamers of visa versa (meteen naar huis!).
- Telefoonmanagement: geen telefoon vanaf 1,5 uur vóór, tijdens en na wedstrijden, maaltijden, minimaal 1 uur voor het slapen inleveren.
- Wedstrijdverslag speler voor elke wedstrijd invullen: doelstellingen naar aanleiding van POP, aandachtspunten, actiepunten, etc.

- Jouw verwachtingen/beoordelingen volgens (bijvoorbeeld het) compete, commit, respect protocol.

COMPETE	COMMIT	RESPECT
• Fight for every point from start to finish • Take responsibility for all of your actions - no excuses • Focus on effort and finding solutions	• Work hard and dedicate yourself to every aspect of your journey • Be willing to learn, accept feedback and implement with conviction • Strive to be better every day and be courageous	• Show respect for yourself, opponents and people supporting you including family, coaches, peers, your team, officials and property • Respect the game overall • Respect your opportunity

- Positieve communicatie met team- en landgenoten: complimenteren, aanmoedigen en accepteren.
- Stel een bedtijd vast.
- Kamers netjes houden (controleer dit als coach, wees transparant over toegang hotelkamer).
- Als team functioneren op toernooien (samen zijn, kijken, aanmoedigen, elkaar beter maken)
- Doornemen verwachtingen van spelers voor toernooi. Wat is belangrijk? Wat kun je controleren en wat niet?
- Ga altijd vertrouwelijk om met zaken die speler met jou bespreekt!

3. Tijdens toernooi

- GEEN bezoek aan casino door coach en/of speler!
- Ga met de doelstellingen van de speler aan de gang gedurende de trip. De eventuele privétrainer blijft eindverantwoordelijk.
- Primaire taken als travelling coach zijn om je te concentreren op alles wat te maken heeft met professionaliteit; goede voorbereiding, eten, drinken, slapen, analyse tegenstander en wedstrijdplan.
- Oordeel op inzet, werkethiek en houding tijdens iedere training en wedstrijd (zie bijvoorbeeld bovenstaand model compete/commit/respect).
- Leg de lat zeer hoog als het gaat om zaken die de speler 'in de hand heeft'. Ingrijpen daar waar verzaakt wordt en vervolgens weer een positieve herstart maken.
- Primaire taken liggen dus op tactisch, mentaal en fysiek vlak en minder/niet op technisch vlak. Signaleren en terugkoppelen na afloop is gewenst; NIET ter plekke ingrijpen zonder ruggespraak met (privé-)trainer.
- Laat spelers (in hun notitieblok) leermomenten op en buiten de baan bijhouden.
- Neem wedstrijden met de video op en bekijk ze indien mogelijk deels 's avonds terug samen of geef speler een specifieke opdracht om zelfstandig mee te aan de slag te gaan.
- Vóór wedstrijden: bespreek het door de speler ingevulde wedstrijdverslag speler en formuleer duidelijke aandachtspunten (zelden technisch).
- Na de wedstrijd: bespreek wedstrijd na op besproken punten en laat speler vervolgens de onderste helft van het wedstrijdverslag zelf verder invullen.
- Laat bij evaluatie speler eerst zelf zijn/haar verhaal doen zodat jij erachter komt hoe hij/zij de wedstrijd heeft ervaren en jij je als coach kan verplaatsen in zijn/haar gedachtegang. Stel vooral veel open vragen.
- Check het wedstrijdverslag speler formulier en probeer deze formulieren elke keer duidelijk in te vullen (compact en duidelijk).
- Dit formulier is tevens feedback van de speler naar de eventuele privétrainer.



- Team meeting elke avond om een plan op te stellen voor de volgende dag. Stel algemene en open groepsvragen. Leer van elkaar.
- 6 uur met tennis bezig zijn per dag (specifiek trainen na wedstrijd is normaal, warm-up/cool-down, invullen evaluatie documenten, fitness, video, etc.) en 2 uur met school/studie/andere geestelijke inspanning. Het zijn GEEN vakantie-eisjes!
- Geef zelf altijd het goede voorbeeld (gedrag, regels naleven, op tijd zijn, telefoon gebruik, gezond eten, geen alcohol in het bijzijn van de spelers en op de toernooilocatie).
- Laat spelers het door jou opgestelde evaluatieformulier toernooi invullen voor vertrek.
- Wees consequent en duidelijk in afspraken.
- Promoot verantwoordelijkheid en zelfstandigheid. Denk hierbij aan zelf dingen laten doen, fouten laten maken om te leren en expliciete taken geven).
- Beperk foto's op social media en spreek waar nodig over de voor- en nadelen van social media. Vraag proactief naar benadering via de socials op het gebied van bedreigingen en gokken. Gebruik hier waar nodig middelen van het ITIA (<https://www.itia.tennis>)
- Beperk het contact met de eventuele privétrainers onderweg tot een minimum. Dit gebeurt vooraf en na afloop. Geldt ook voor het contact speler/privétrainer. Voegt namelijk zelden iets toe en schept vaak onrust. Zeker niet vlak vóór of vlak ná de wedstrijd!
- Praat NIET over andere spelers/trainers/coaches, maar praat vooral met elkaar. Directe feedback is onderdeel van topsport.

4. Na toernooi

- Neem bij terugkomst contact op met de verantwoordelijke trainer van de met jou meegereisde spelers.
- Deze (positief) kritische feedback moet eerlijk en oprecht zijn. Onder druk en met wedstrijdspanning zie je pas echt wat goed zit en wat nog verbeterd moet worden.
- Terugkoppeling op inzet, gedrag, werkethiek en houding is onderdeel van de feedback.
- Onvrede uitspreken naar derden (spelers, ouders, privétrainers) is niet professioneel en moet worden vermeden.
- Stuur de videobeelden (via bijvoorbeeld WeTransfer als het om grote bestanden gaat) naar de (eventuele) privétrainer.

