



Dit is Utrecht Cangeroes Basketball

Plan Werkgroep Technische Commissie

Versie: maart 2022

Inhoudsopgave

1. Waarom 'Dit is Utrecht Cangeroes Basketball'?	3
2. Ons basketball DNA (speltactiek)	4
3. Trainen en coachen volgens de High Five (pedagogiek)	9
4. Tips en tricks voor trainers (didactiek)	11
5. Hoe brengen we dit plan op de basketballvloer? (organisatie en coördinatie)	13

1. Waarom ‘Dit is Utrecht Cangoeroes Basketball’?

De trainers en coaches hebben een belangrijke rol binnen onze club. BC Utrecht Cangoeroes is een van de leukste en grootste basketbalverenigingen van Nederland. Wat verbindt onze teams en welk type basketball willen we spelen?

Dit plan is bedoeld als **handreiking** aan alle trainers en coaches. Het plan biedt praktische tips en een leidraad voor hoe we binnen onze club willen basketballen. Iedere trainer en coach vult die principes op zijn/haar eigen manier in. Dat is maar goed ook, want we hebben U10 teams tot aan senioren, teams in regionale competities tot aan eredivisie. En alles daartussenin. Ieder team, iedere trainer/coach en iedere speler brengt de uitgangspunten dus op eigen wijze tot leven.

Dit plan is een technisch-tactisch plan op hoofdlijnen, dat als **leerlijn** voor de vereniging dient. Dit plan gaat niet in op fysieke en mentale componenten. Denk aan voeding, trainingsleer, mentale weerbaarheid, etc.

Voor sommige teams volstaan de **basisprincipes** en zijn sommige details zelfs overbodig. Voor andere teams (zoals de topsportteams) zijn aanvullende principes en extra details nodig.

In het verleden wisselden de manier waarop spelers/speelsters trainden en wedstrijden speelden ieder jaar en was de aansluiting bij nieuwe teams soms lastig. Voor beginnende trainers en coaches ontbrak bovendien ondersteuning en was de drempel om trainer of coach te worden hoog. We bieden daarom een **gezamenlijke basis** die trainers en coaches gebruiken om iedere speler met plezier te ontwikkelen op zijn of haar eigen niveau.



Dit plan helpt dus om:


1. Het **spelplezier** van spelers/speelsters voorop te zetten en te vergroten
2. Spelers/speelsters te **ontwikkelen**, ongeacht hun basketballervaring en het niveau waarop zij actief zijn.
3. Meer **samenhang** te creëren tussen teams binnen dezelfde leeftijdscategorie en tussen teams in opeenvolgende leeftijdscategorieën d.m.v. een gemeenschappelijke speel- en trainingsstijl.
4. Trainers en coaches te **ondersteunen en inspireren**, waarbij beginnende trainers structuur krijgen en ervaren trainers leren vernieuwen.

2. Ons basketball-DNA (speltactiek)

Ons basketball-DNA gaat over de manier waarop we basketballen, onze speltactiek. Het DNA is opgesplitst in verschillende verdedigende en aanvallende uitgangspunten die hieronder staan beschreven. Voor sommige teams volstaan de basisprincipes en zijn sommige details zelfs overbodig. Voor andere teams (zoals de topsport teams) zijn aanvullende principes en extra details nodig.


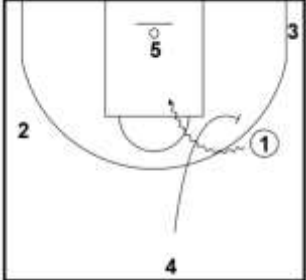
Defense

1. Man-to-man defense is de basis. Team defense!
2. We geven zoveel mogelijk druk op de bal.
3. We communiceren over alles wat we doen.

Afspraak	Invulling	Detail
Waar mogelijk verdedigen we full court m-t-m.	Na scores of bijvoorbeeld balverlies op de aanvalshelft.	Dribbel over hele veld oppakken en tenminste 2x reversal van de dribbel richting afdwingen
We geven druk op de bal.	Close-outs zijn key. Tussen je man en de basket. Niemand wordt door het midden verslagen. No middle drive!	Hand(en) hoog tegen het schot. Je bent laag en klaar om verder te verdedigen.
We geven druk in de passline.	No easy passes.	Make deflections.
Help komt van weakside.	Geen help aan ballside. Altijd help-de-helper rotatie.	Communiqueer en show defense.
Post defense	Driekwart overspelen	Bal boven vrijeworplijn, bovenlangs verdedigen. Bal onder vrijeworplijn, onderlangs verdedigen.
Zone defense is een tactische aanvulling voor U18/U20 landelijk en senioren.	1-3-1 zone 	Show groot, handen hoog. Communicatie op alles. Alleen passes hoog door lucht. Make deflections. Trap in corners.
Defense op ballscreens (standaard optie) is over het screen ('geel')	Ball defender stuurt ball naar het screen en vecht over het screen. Screen defender showt groot op de lijn van zijn man. Screen defender roept optie/kleur	Voor gevorderde teams: Over screen = geel Onder screen = groen Hedge = rood Ice = blauw Agressieve jump switch = zwart

Fast break

1. Fast break start bij rebounding en omschakeling.
2. We willen bij voorkeur lay-ups!
3. Snelle optie en anders into secondary break.

Iedereen sprint	<p>Guards, forwards in de side-lanes, center door het midden (afhankelijk van in hoeverre het team met vaste posities werkt).</p> 	<p>Vul de spots (afhankelijk van wie als eerste op de aanvalshelft is). De (voorste) center die niet de rebound heeft, sprint naar de ring en maakt snelle post-up, tweede center op de top.</p>
Push en pass de bal	<p>Harde push dribbel naar voren uit rebound (al dan niet via outlet) en pass de bal altijd naar voren zodra het kan.</p> <p>1-0 en 2-1 = lay-up 3-2 = lay-up of snel open shot.</p>	<p>See the court. Push de bal. Pass voor een lay-up.</p>
No lay-up? Into secondary offense	<p>De tweede big zet direct een ball screen zodra hij/zij er is.</p>	

Read & React Offense

We spelen offensive plays die gebaseerd zijn op een Read & React framework, waarbij het belangrijkste uitgangspunt is dat de speler met de bal de actie initieert en de overige 4 spelers hier op reageren. Deze reacties gaan uit van een aantal principes, die gericht zijn op het bewegen zonder de bal. Daarnaast is er een aantal praktische vuistregels die deze principes ondersteunen. Deze R&R principes pas je toe in de offense ongeacht de startpositie (5-out, 4-out etc), maar kunnen ook toegepast worden binnen specifieke plays. We willen dat alle teams deze principes kennen en beheersen (afgestemd op de mogelijkheden van het team en de spelers).




1. We hanteren R&R basis principes;
2. Speler met bal initieert. Het team reageert;
3. Startpositie in offense is 4-out (eventueel 5-out bij jongste jeugd);
4. Principes blijven toepasbaar binnen aanvullende plays;
5. Alle teams moeten de principes in toenemende mate van leeftijd kennen en beheersen (meer het team en de spelers dit aankunnen).

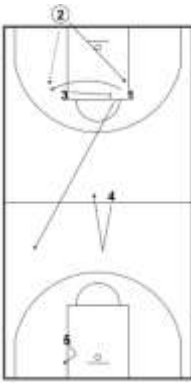
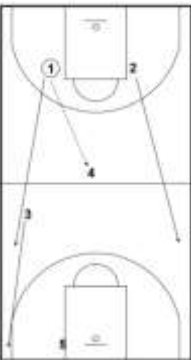
Read & React

Afspraak	Invulling	Detail
Pass & Cut Als je passt, dan moet je snijden/bewegen, waarbij de voorkeur is om naar de ring te snijden.	<ul style="list-style-type: none"> - Snij om te scoren. - Ook snijden bij pass naar post. 	<ul style="list-style-type: none"> - Gebruik front cut of back door afhankelijk van verdediger. - Post pass: Laker cut. - Alternatief: X-cut.
Fill Spot or Screen Als je snijdt heb je 3 basisopties: Vul een spot, doe een post-up of zet een screen.	<ul style="list-style-type: none"> - Overige spelers vullen open spots die vrij komen. - Kies de optie die jij op dat moment het beste vindt. 	<ul style="list-style-type: none"> - Is spot bezet? Zet een replacement screen en ruil van spot. - Staat verdediger op help? Zet pin screen.
Defender on Readline Staat je verdediger op de <u>readline</u> en ben je 1 pass verwijderd van de ball dan moet je snijden.	<ul style="list-style-type: none"> - De 3-puntslijn is onze <u>readline</u>. - Vermijd in-outs. 	<ul style="list-style-type: none"> - Gebruik front cut of back door afhankelijk van verdediger. - Lok je verdediger naar de <u>readline</u>.
Circle Movement Bij een drive moeten de andere spelers mee bewegen in de richting van de drive.	<ul style="list-style-type: none"> - Bij een drive naar rechts, schuiven alle spelers een spot op naar rechts. - Bij een drive naar links, schuiven alle spelers een spot op naar links. - Bij een <u>baseline</u> drive bewegen alle spelers mee in de richting van de drive, <u>behalve</u> de speler die het dichtst bij de weakside corner staat (kan wel een corner comeback uitvoeren om de verdediger te bewegen en meer ruimte te creëren voor de pass). 	<ul style="list-style-type: none"> - Post spelers bewegen in tegengestelde richting van de drive (principe 6). - Bij een baseline drive komt de speler op de weakside corner open voor de kick-out pass.

<p>Dribble At Spelers dribbelen enkel met een doel. In de eerste plaats om te scoren. In de tweede plaats: dribbelt een speler naar je toe dan snij je of speel je een hand-off.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Als de dribbelaar frontaal (recht op je af) dribbelt en 'move' roept moet je snijden. - Als de dribbelaar met zijn/haar rug naar de basket dribbelt en 'stay' roept speel je een hand-off. 	<ul style="list-style-type: none"> - Gebruik front cut of back door afhankelijk van verdediger. - Blijf gefocust op de readline. - 'move' en 'stay' gebruiken om misverstanden te voorkomen. Gevorderde teams kunnen dit evt. achterwege laten
<p>No Pass or Dribble Als je 1 pass van de bal verwijderd bent, moet je snijden als de speler met de bal niet (meer) kan passen of dribbelen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Snij binnen 2 seconden. - Vul daarna een spot of zet een (replacement) screen. - Overige spelers vullen open spot die vrij komt. 	<ul style="list-style-type: none"> - Gebruik front cut of back door afhankelijk van verdediger. - Blijf gefocust op de readline.
<p>Basic Post Reactions De post speler beweegt bij een drive in tegengestelde richting.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Beweeg bij een middle drive naar low of short corner. - Beweeg bij een baseline drive naar de elbow triangle. - Als er geen drive is, zet de post een ballscreen na de eerste bal reversal. - De post kan ook screen op de snijdende spelers om vervolgens naar de bal te flashen voor de inside score. 	<ul style="list-style-type: none"> - Voor de driver: Gebruik de baseline drive bij voorkeur als de low post spot op ballside vrij is en de middle drive als de high post spot op ballside vrij is.

Standaard situaties

<p>Baseline Out Of Bounds box</p>		<p>We spelen voor de inside opties.</p>
<p>Sideline Out Of Bounds</p>		

<p>Pressbreaker</p> <p>Basisset tegen meeste presses.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Details aanpassen afhankelijk van press. 	<ul style="list-style-type: none"> - Zonepresses bij voorkeur breken via het midden (bijvoorbeeld de 4). - MtM press breken door point en evt. hulp van 4. 
--	--	--

3. Trainen en coachen volgens de High Five (pedagogiek)

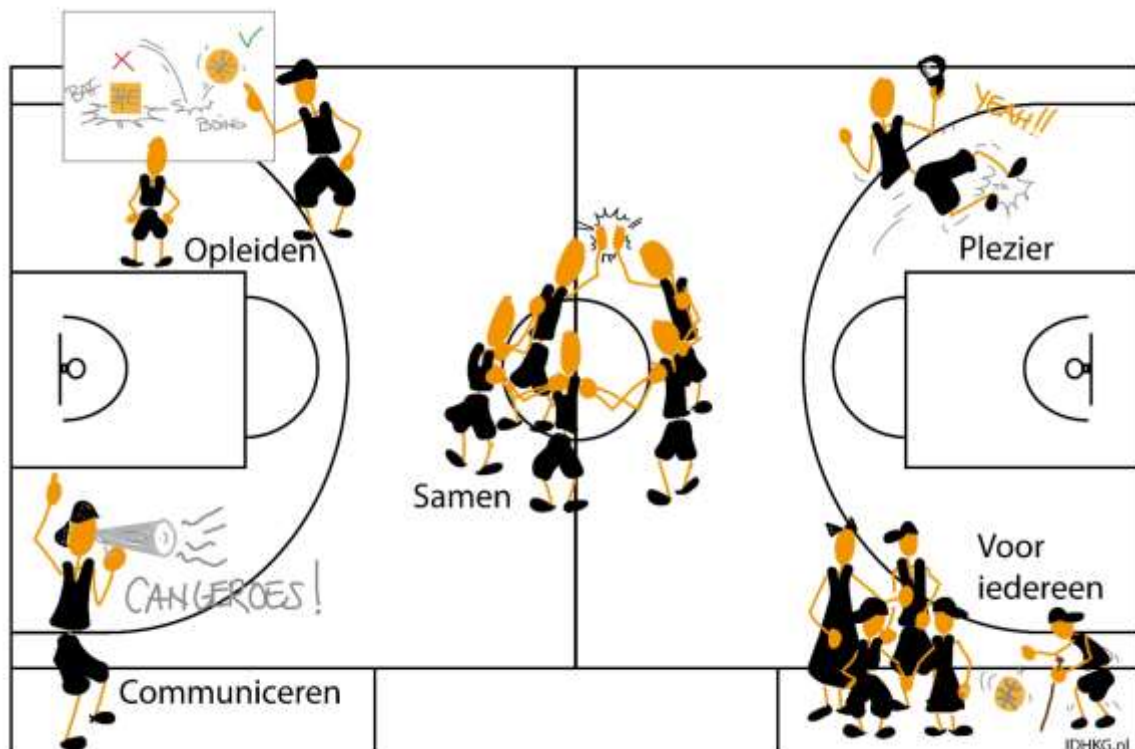
De trainers en coaches hebben een belangrijke rol binnen onze club. Je bent een rolmodel en geeft het goede voorbeeld. De kernwaardes van BC Utrecht Cangoeroes komen mooi tot uitdrukking in wat we de **High Five voor Cangoeroes** noemen. Een basis die we hebben vastgelegd samen met de leden. Die basis is: **plezier, samen, communicatie (en voorbereiding), opleiden** en **voor iedereen**. Hoe kun je die pedagogische principes concreet terug laten komen gedurende het seizoen, bij de trainingen en bij de wedstrijden?

	<i>Voor en tijdens het seizoen</i>	<i>Bij de trainingen</i>	<i>Bij de wedstrijden</i>
Plezier	Spelplezier staat op nummer 1, voor spelers/speelsters en voor jouzelf. Dit geldt binnen het veld, maar ook buiten het veld, bijvoorbeeld door een teamuitje te organiseren.	Met enthousiasme en een glimlach beginnen en verlaten we de training. Oefeningen zijn leuk. Welke 1-2 favoriete oefeningen roept de “yes-reactie” bij je team op?	We stralen positieve energie uit en moedigen elkaar aan. We letten op ons eigen spel en respecteren onderdelen waar we geen invloed op hebben (tegenstander, scheidsrechter, wedstrijdtafel en publiek).
Samen	Samen zijn we een team. Iedereen blinkt uit o.b.v. zijn/haar eigen kwaliteiten. Trainers en coaches van (vergelijkbare) teams trekken met elkaar op en stimuleren betrokkenheid van spelers bij de rest van de club.	We bouwen de zaal samen op en af. Tijdens de oefeningen helpen we elkaar, waardoor het teamgevoel wordt versterkt.	We reizen zoveel mogelijk samen naar en van de wedstrijden. Tijdens de wedstrijd levert iedereen een bijdrage aan de manier waarop we spelen als team.
Communicatie en voorbereiding	Vóór het seizoen hebben we een teammanager aangesteld. Ik organiseer een bijeenkomst met spelers/speelster (en ouders), zodat doelen, verwachtingen en afspraken duidelijk zijn. Ik ben benaderbaar voor spelers/speelsters (en ouders).	Ik bereid alle trainingen voor (o.b.v. seizoensdoelen), met uitgetekende drills en 1-3 aandachtspunten per drill. Ik geef korte instructies, maak complimenten en loop actief rond, in sportkleding. Het veld is veilig (ballen liggen aan de kan en we ruimen afval op).	Ik kies (o.b.v. de trainingen en tegenstander) een starting-5 en vul het wedstrijdformulier uiterlijk 1 uur voor de wedstrijd in via de NBB app. Ik coach positief. Ik geef wissels een high five en compliment, beloon mooie acties en vier (kleine en grote) successen.
Opleiden	Ik houd het seizoen uitdagend en opbouwend. Ik evalueer het team en de individuen regelmatig (bijvoorbeeld met gesprekken). Ik geef concrete complimenten en tips o.b.v. de vooruitgang die ik meet en bijhoud. Ik geef het team voldoende rust en voorkom blessures. Ook dit hoort bij het ontwikkelen van	We trainen actief, met hoge intensiteit en zijn constant in beweging. We gebruiken kleine groepjes en extra baskets/ballen, zodat we zoveel mogelijk schieten, passen, dribbelen, etc. Ik daag iedereen uit op zijn/haar niveau en varieer tussen wat iemand kan (stimuleert vertrouwen) en bijna kan	Het leerproces van individuele spelers/speelsters en het team als geheel is belangrijker dan het winnen van wedstrijden en bekens. Het resultaat kan een rol spelen, maar het proces telt zwaarder. Ik stel en bereik kleine doelen (goed uitboxen, een snelle fast-break pass). Als dat lukt ben ik trots op mijn team.

	spelers/spelsters.	(stimuleert leren).	
Voor iedereen	Ons team is op ieder moment een veilige plek voor iedereen. Iedereen kan zichzelf zijn. De sfeer zorgt ervoor dat we ons thuis voelen, dit geldt ook voor nieuwe leden. Ik spreek mensen aan op hun gedrag wanneer zij dit niet respecteren. Ik waardeer iedereen om wie hij/zij is.	Ik houd op de training rekening met de verschillen tussen mijn spelers/spelsters, zodat iedereen met plezier kan basketballen.	Iedere speler/spelster krijgt speeltijd en kansen om een positieve bijdrage te leveren aan het team. Alleen bij speelniveaus/leeftijden waar dat verwacht wordt kan speeltijd worden verbonden aan individuele prestaties.

Ook als trainer/coach leer je veel tijdens een seizoen. Om **jouw eigen voortgang** bij te houden kun je jezelf regelmatig evalueren. Vraag jezelf, je team en mede-coaches om feedback met de checklist:

- Voor en tijdens het seizoen: staat/ stond het seizoen in het teken van plezier, samen, communicatie, opleiden en voor iedereen?
- Bij de trainingen: staat/ stond deze training in het teken van plezier, samen, communicatie, opleiden en voor iedereen?
- Bij de wedstrijden: staat/ stond deze wedstrijd in het teken van plezier, samen, communicatie, opleiden en voor iedereen?



4. Tips en tricks voor trainers (didactiek)

Vanuit onze principes draaien de trainingen om: **plezier, samen, communicatie, opleiden en voor iedereen**. Hieronder staan praktische tips/tricks om hiermee aan de slag te gaan. Probeer verschillende vormen uit en kijk hoe je team reageert: worden ze enthousiast, leren ze sneller, hebben ze meer plezier? Kortom, durf te experimenteren en ervaar wat aansluit bij jouw team!

Dit kun je doen door:

1. Hou je **instructies** kort. Probeer je punt in 10-20 seconden te maken. Laat spelers zelf ervaren en ontdekken. Geef je tips tijdens het spel, i.p.v. het spel stil te leggen. Geef je oefeningen ook een **vaste naam**, zodat je team snel weet welke oefening je wil doen.
2. Stel actief **vragen** (i.p.v. antwoorden voor te zeggen): door vragen te stellen over situaties (waarom maakte je die keuze?) en ze mee te laten denken bij vragen van jou en andere teamgenoten vergroot je het leereffect.
3. Te zoeken naar **1-2 favoriete oefeningen** (wat roept de “yes-reactie” op?) en die zo nu en dan te doen, bijvoorbeeld als een vorige oefeningen wat moeizamer liep.

Experimenteer door:

4. Oefeningen te doen met een ander **veld**:
 - a. Speel half-court op één basket of half-court met twee baskets ter hoogte van de middellijn. Speel enkel binnen het driepuntsgebied of zelfs enkel binnen de bucket om inside-scores te stimuleren. Speel een partijtje waar enkel buiten de driepuntlijn gescoord mag worden om outside scores te stimuleren. Speel eens met een smal veld, of juist een heel breed veld (zonder uitlijnen).
 - b. Doe dribbeloefeningen op een smalle strook (rode loper) waar spelers van twee kanten naar de overkant dribbelen; dribbel over het veld zonder lijnen op het veld te raken; dribbel 1-1 in de middencirkel.
5. Oefeningen te doen met een andere/meerdere **ballen**:
 - a. Door bijvoorbeeld 8-jes lay-ups te lopen met een outlet en twee extra ballen blijven spelers in beweging. Spelers moeten rennen om de oefening nét te halen.
 - b. Dribbelen/passen/schieten met bijvoorbeeld een tennisbal vergroot o.a. de hand-oog coördinatie en maakt lange passes makkelijker om snelle transition te trainen.
 - c. Partijvorm met meerdere ballen (in verschillende kleuren), waarbij de ene bal bijvoorbeeld moet worden gescoord met een lay-up, de andere bal met een schot.
6. Oefeningen te doen met andere **baskets**:
 - a. Een basket die hoger staat om schotboog te trainen, of een basket met een kleinere ring om preciezer te leren schieten (mits aanwezig).
 - b. Extra baskets voor schotoefeningen, maar ook bijvoorbeeld een partijvorm waarbij op vier baskets kan worden gescoord.
7. Oefeningen te doen met andere **spelregels en scoretellingen**:
 - a. Spelers mogen niet dribbelen, om vrijlopen, spacing en passing te oefenen.
 - b. Spelers mogen niet stealen op de dribbel, om te voorkomen dat spelers met hun rug naar hun verdediger (en de basket) toe dribbelen.
 - c. Beloon snelheid en/of geduld: scoren binnen 5 seconden voor extra punt (t.b.v. snelle transition), scoren na 20 seconden voor extra punt (t.b.v. lange set play).
 - d. Defensive scores: spelers krijgen punten voor verdedigende acties (rebounds, steals, blocks, charges, 24 seconden), om de verdediging te belonen.

- e. Specifieke acties: scores tellen alleen na een ball swing, pick-and-roll, etc.
 - f. Beide teams mogen op beide baskets scoren, om transitie en spacing te trainen.
 - g. Vrije worp verzilveren: scores tellen pas als na de score een aansluitende vrije worp wordt geraakt, om vrije worpen met meer druk te simuleren.
 - h. Met team scorers: het team waarvan alle spelers als eerst allemaal hebben gescoord wint, om het samenspel te benadrukken.
 - i. Series: het team dat drie keer op rij scoort wint, het team dat drie verdedigende stops op rij maakt wint, om stabiliteit en doorzettingsvermogen te stimuleren.
 - j. Weak hand: alleen scores (en dribbels/passes) met weak hand tellen.
8. Oefeningen te doen met andere **tijdslimieten**:
- a. Gebruik de basketball tijden: 3 seconden, 5 seconden, 8 seconden, 24 seconden. Bijvoorbeeld 24 seconden dribbelen per oefening. 5 seconden per fast-break. Zo ontwikkelen spelers een biologische basketbalklok en het houdt oefeningen intensief.
 - b. Mocht er in 1 van je oefeningen (zoals estafettes) toch een wachtrij ontstaan, maak daar dan een skills-rij van: wachtende spelers doen een korte ball handling oefening, voetenwerk, etc. totdat ze weer aan de beurt zijn.
 - c. Gebruik een 'menselijke klok': laat de duur van een oefening afhangen van een sub-oefening: een half-court partijtje op de ene basket duurt net zo lang, totdat er 5 vrije worpen zijn geraakt door een tweetal op de andere basket.
9. Spelers te **beperken**:
- a. Handen/voeten: bijvoorbeeld schieten op één been, vanaf een bank, met 1 hand dribbelen en met 1 een lay-up lopen. Of: dribbelen met twee ballen of voetballen tijdens het dribbelen. Of: verdedigen met een handdoek in de nek en die met twee handen wordt vastgehouden (verdedigen op de voeten stimuleren).
 - b. Laat spelers dribbelen op een dikke mat, zodat ze extra hard moeten dribbelen, waardoor dribbelen op de vloer opeens een stuk makkelijker wordt.
 - c. Zicht: loop een weave waarbij op het moment dat een speler de bal ontvangt hij/zij de ogen dicht doet en een pass geeft in de weave.
 - d. Gehoor: geef verdedigers oordopjes om het belang van communicatie te ervaren.
10. Spelers hardop te laten **tellen**. Zo leren ze communiceren met hun medespelers en elkaar op te peppen. Door te tellen wordt voortgang bovendien zichtbaar. Tellen kan t.a.v.:
- a. Het aantal scores/punten/herhalingen voor aantal (rake) schoten, passes, dribbles etc. Je kunt tellen per speler, per sub-team (wie als eerst tot de 10 is) of een doel stellen voor de groep als geheel.
 - b. Doe een tijd challenge die nodig is om oefening af te ronden, bijvoorbeeld 2 minuten om 20 lay-ups te maken. Lukt het niet, stel het doel bij zodat deze **nét** haalbaar is.
11. **Persoonlijke doelen** te stellen:
- a. Terugtellen: spelers schieten totdat ze 10 keer hebben geraakt. Als speler A wint met 10 punten en speler B had 5 punten, dan telt speler A de 2de ronde terug van 10 naar 0, terwijl speler B terugtelt van 5 naar 0. Dit kunnen beide spelers winnen.
 - b. Joker/'let': schutters moeten 3 keer op rij scoren om naar de volgende spot te gaan. Als ze 2 keer gescoord hebben en missen dan zetten ze een joker in. Als ze vervolgens scoren dan hebben ze 3 keer op rij gescoord, als ze 2 keer op rij missen dan zijn de jokers op en beginnen ze weer op 0. De teamsterkte bepaalt het aantal jokers.

5. Hoe brengen we dit plan op de basketballeer? (organisatie en coördinatie)

Dit plan komt tot leven met behulp van:

1. **Coach cafés:** we organiseren bijeenkomsten voor alle trainers en coaches. Door middel van een clinic, workshop, intervisiegesprek, etc. bespreken we een thema en verkennen we hoe we een onderdeel van het plan tot uitvoering kunnen brengen bij de verschillende teams.
2. **Buddy bezoek:** mede-trainers/coaches kunnen elkaars trainingen/wedstrijden bezoeken om elkaar van feedback te voorzien en elkaar helpen om de onderdelen uit het plan op een leuke en effectieve manier in de praktijk te brengen.
3. **Coach corner:** we zetten een online trainingsbibliotheek op. Hier kunnen we bijvoorbeeld een skills checklist publiceren per ervaringsniveau/leeftijd (om te toetsen welke speelstijl principes spelers, wanneer en in welke mate, zouden moeten beheersen). Deze ondersteunende materialen kunnen o.a. worden verbonden aan verschillende clusters, zoals: Instroomgroepen (Wallabies/Basketball's Cool); Onderbouw U10 -12; Middenbouw U14-U18; Bovenbouw U20-Senioren (prestatie); Bovenbouw U20-Senioren (recreatief).
4. **Jaarplanning:** door het plan te verbinden met de andere activiteiten en de planning van de TC komen de onderdelen nog beter tot hun recht, bijvoorbeeld t.a.v. selectietrainingen, competitieplanning en club ambities. Binnen deze cyclus, en op basis van de ervaringen van spelers en trainers/coaches, kan het plan worden herijkt.