

Schaatsers optimaal ontwikkelen

Jos Goudsmit
Sportmonitor op Maat
Fontys Hogeschool



SPORTMONITOR

OP MAAT

POWERED BY COACH IN CONTROL



SPORTMONITOR OP MAAT

RO

Ruby Otter

Onderzoeker – Rijksuniversiteit
Groningen

Gespecialiseerd in fysieke belasting, belastbaarheid en functional overreaching bij sporttalenten. Helpt coaches om monitoringsdata te interpreteren en trainingsbelasting te optimaliseren.

Fysieke belasting

Overreaching

Prestatieoptimalisatie

IS

Inge Stoter

Onderzoeker – Innovatielab Thialf

Expert in trainingsmethodiek en de interactie tussen coach en sporter. Begeleidt coaches bij het opzetten van een effectief monitoringsproces in de wedstrijd sport.

Trainingsmethodiek

Coach-sporter interactie

Schaatssport

JN

Janco Nolles

Onderzoeker – Hanzehogeschool
Groningen

Begeleidt coaches en sportorganisaties bij de implementatie van monitoring en de toepassing van de zes bouwstenen in de dagelijkse trainingspraktijk.

Implementatie

Scholing

Talentontwikkeling

DvD

Dick van Dijk

Onderzoeker – Hanzehogeschool
Groningen

Gespecialiseerd in data-analyse en trainingswetenschap. Ondersteunt coaches bij het vertalen van meetresultaten naar concrete beslissingen in het trainingsproces.

Data-analyse

Trainingswetenschap

Prestatiemeting

SB

Simone Beekhuizen

Onderzoeker – Innovatielab Thialf

Begeleidt sportbonden en coaches bij de praktische implementatie van trainingsmonitoring via systemen als Smartabase, aan de hand van de zes bouwstenen van monitoring.

Implementatie

Smartabase

Turnen & gym sport

JG

Jos Goudsmit

Onderzoeker – Fontys Hogeschool

Ontwikkelde het Coach in Control dashboard en ondersteunt coaches bij het opzetten van effectieve datavisualisatie via SportDataValley en vergelijkbare platforms.

Dashboard

SportDataValley

Datavisualisatie

BvdB

Berber van der Berg

Sportpsycholoog

Ondersteunt coaches bij het creëren van een autonomie-ondersteunend klimaat rondom monitoring en de psychologische dimensie van de coach-sporter relatie.

Sportpsychologie

Autonomie

Motivatieklimaat

Neem contact op

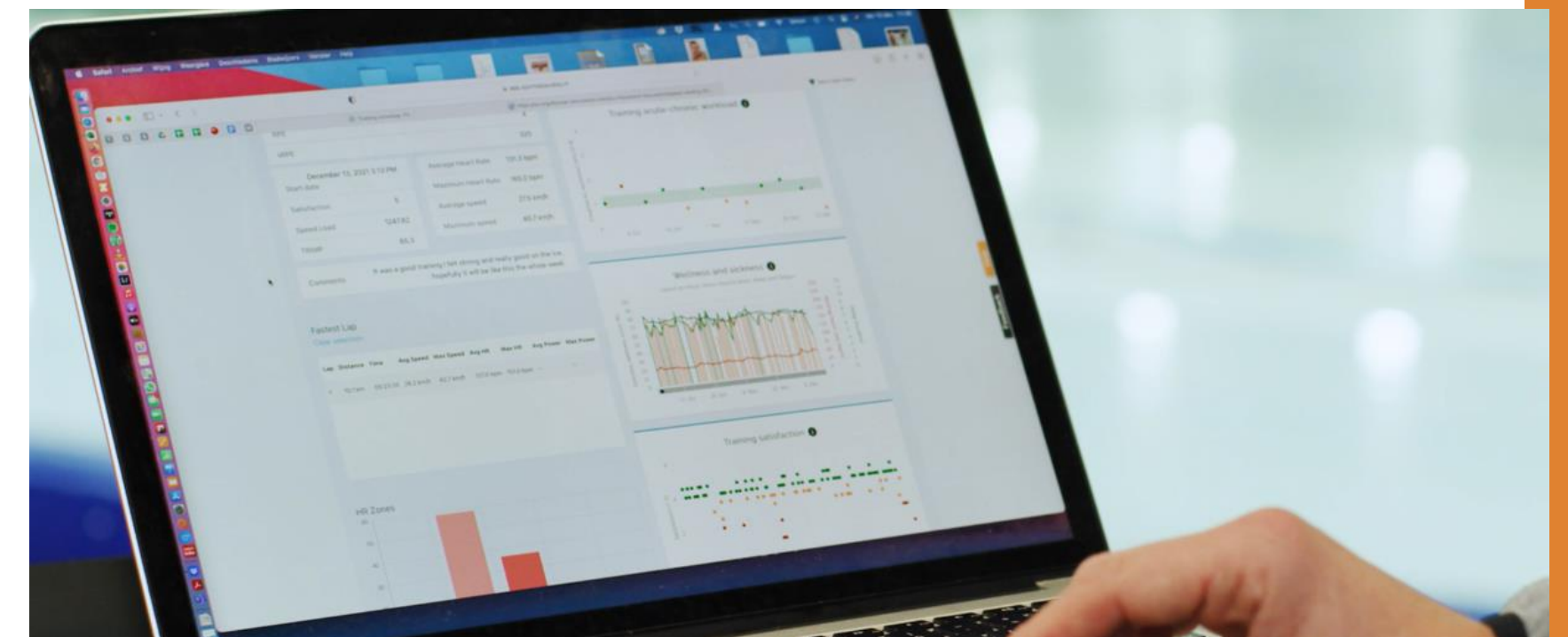
Neem contact op

Neem contact op

- www.coachincontrol.nl
- j.goudsmit@fontys.nl

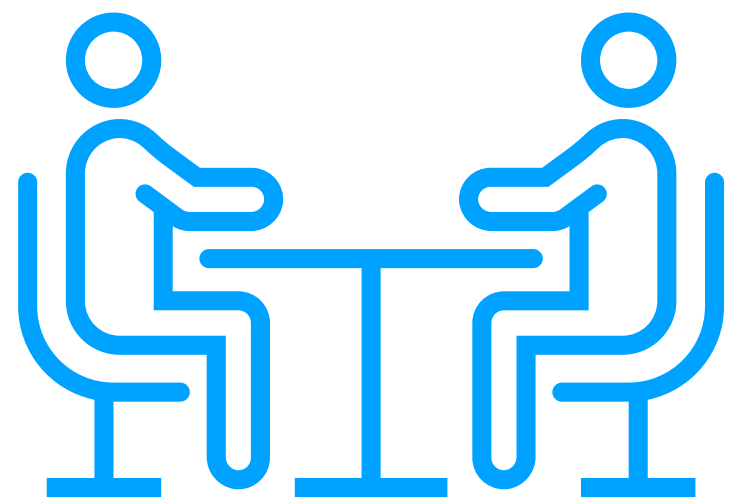
Onderwerpen

- Welke data is echt waardevol?
- Hoe krijg ik inzicht in die data?
- Jouw programma verbeteren



WU: Data die je al gebruikt

- Welke data verzamel jij al en welk systeem gebruik je daarvoor?
- En als coach voor de rijders uit jouw groep?



3 min

Prestatie

Key Prestatie Indicatoren

Training Doelstellingen

FITT Training

(Externe belasting)

Respons Training

(Interne belasting)

Adaptaties

Trainingseffecten

Invloeden:

Individuele kenmerken

Training status

Gezondheid

Welzijn

Voeding

Omgeving

...

Aangepast uit: Impellizzeri, F. M., Marcora, S. & Coutts, A. J. (2019). Internal and external training load: 15 years on. *International journal of sports physiology and performance*, 14(2), 270-273.



GPS en locatie bepalen



- Externe belasting parameters
- Zeer veel prestatieparameters mogelijk te meten
- Snel en makkelijk beschikbaar
- Gebaseerd op locatiebepaling met foutmarge en beperkingen
- Ieder systeem zijn eigen algoritmen en mogelijkheden



Inmotio.eu



Garmin.com

Bronnen oa:

Espinosa, H., Mears, A., Stamm, A. et al. Wearable sensor technology in sports monitoring. Sports Eng 28, 4 (2025).

Seçkin, A. Ç., Ateş, B., & Seçkin, M. (2023). Review on Wearable Technology in Sports: Concepts, Challenges and Opportunities. Applied Sciences, 13(18).

MyLaps



- Externe belasting parameters
- Rondetijden van de rijder
- Gebaseerd op lussen in de (ijs)baan



MYLAPS

GPS, locatie en Mylaps

- Tips en voorbeelden



MUST	Omvang van de individuele rijder, matchen met de planning (F en T)
SHOULD	Tempo zones bepalen en tijd in zones registreren (I)
COULD	Inschatting van het geleverde vermogen (afhankelijk van type training)
WONT	‘Controleren’ of de rijder gedaan heeft wat het plan was

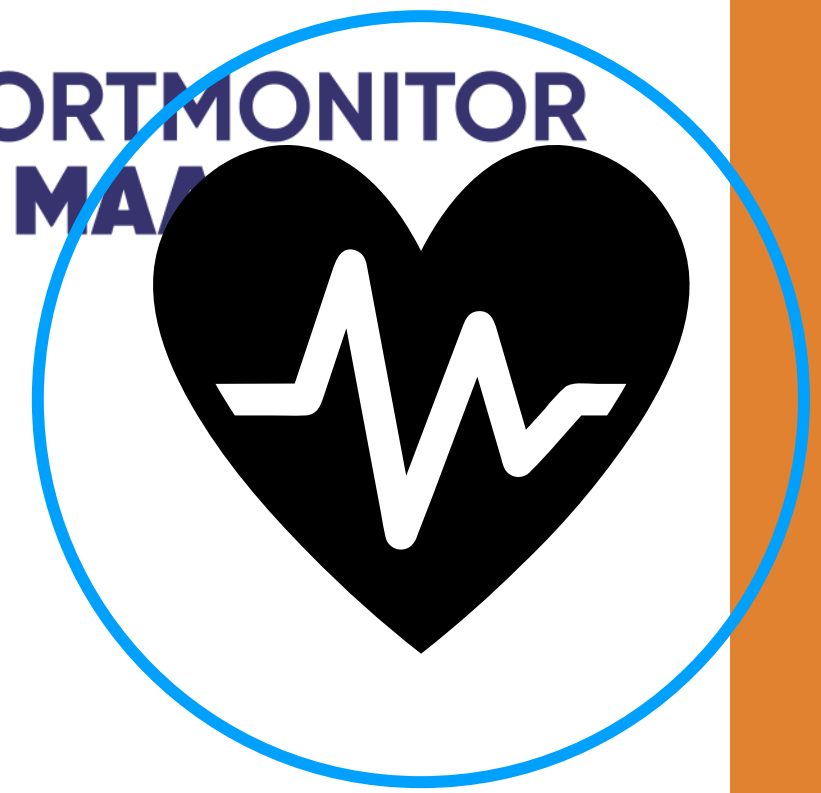


Polar – Garmin – Suunto – Wahoo – Coros – Apple – Samsung



**SPORTMONITOR
OP MAAT**

Hartslag meting



- Interne belasting parameter
- Meting via elektrisch signaal hart of optisch door bloedstroom te meten
- Afhankelijk van meer factoren dan alleen inspanning
- Tijdens inspanning en gedurende de hele dag



Bronnen oa:

Lele Gu, Cheng Qian, The application of smart wearable devices in the detection of sports energy consumption: A review, Intelligent Sports and Health, Volume 1, Issue 2, 2025, Pages 67-78,

Seçkin, A. Ç., Ateş, B., & Seçkin, M. (2023). Review on Wearable Technology in Sports: Concepts, Challenges and Opportunities. Applied Sciences, 13(18).

Hartslag meting



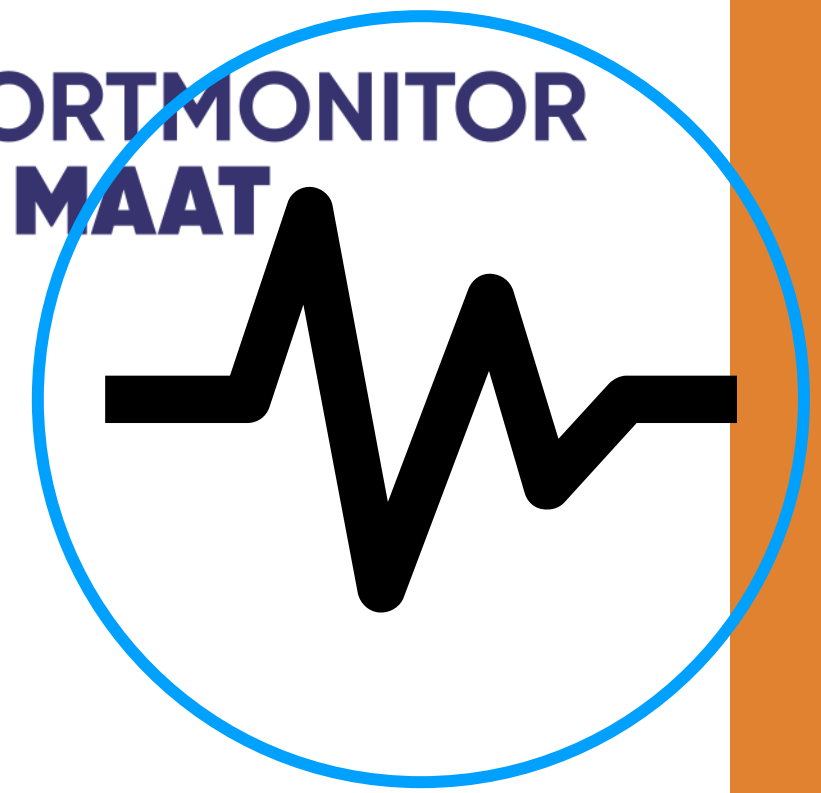
MUST	(Gemiddelde) hartslag over de training (F en T)
SHOULD	Tijd in hartslagzones (TRIMP) (I)
COULD	Matchen met externe belasting maat om de relatie tussen beide in kaart te krijgen
WONT	Blind varen op data zonder andere invloeden mee te nemen





**SPORTMONITOR
OP MAAT**

ECG, HRV en Stress



- Interne belasting parameters
- Ontwikkelingen vanuit zorg en defensie met toepassing naar de sport
- Validatie uitdagingen



Pcardiowearables.com



corebodytemp.com/

Bronnen oa:

Seçkin, A. Ç., Ateş, B., & Seçkin, M. (2023).
Review on Wearable Technology in Sports:
Concepts, Challenges and
Opportunities. Applied Sciences, 13(18).

HRV en andere geavanceerde parameters



MUST	Over langere periode verzamelen om inzicht te krijgen, vergelijken met gevoel van de rijder
SHOULD	Inzicht in welzijn van de rijder gerelateerd aan belasting
COULD	Potentie in 'echt' meten van belastbaarheid
WONT	Als 'feiten' gebruiken, altijd als input voor gesprek.





**SPORTMONITOR
OP MAAT**

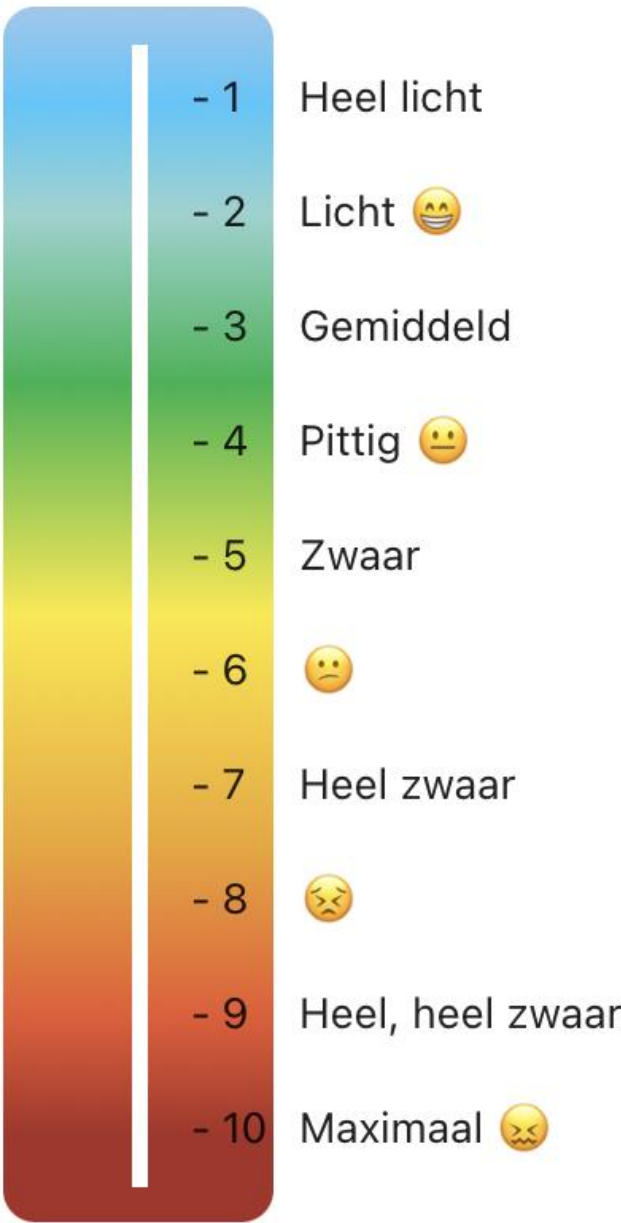
Subjectieve data



- Interne belasting rekening houdend met invloeden
- Trainingsbelasting
- Welzijn
- Diverse uitgebreide vragenlijsten

Bronnen oa:
Foster, C., Rodriguez-Marroyo, J. A., & de Koning, J. J. (2017). Monitoring Training Loads: The Past, the Present, and the Future. International Journal of Sports Physiology and Performance, 12(s2), S2-2-S2-8.
Roete, A. J., Elferink-Gemser, M. T., Otter, R. T., Stoter, I. K., & Lamberts, R. P. (2021). A Systematic Review on Markers of Functional Overreaching in Endurance Athletes. International Journal of Sports Physiology and Performance, 16(8), 1065-1073

RPE score



STRESS EN HERSTEL MONITOREN

Welke vragenlijst kies je?

Het monitoren van atleten is belangrijk om prestaties te verbeteren en om overtraining en blessures te voorkomen. Maar welke vragenlijsten om te monitoren zijn er, en wat meten die precies?

REST-Q SPORT

De REST-Q Sport is een vragenlijst met 76 stellingen over stress en herstel die gescoord worden van 0 -nooit, tot 6 -altijd. De vragenlijst is betrouwbaar en sensitief voor verandering in training load en wordt daarom ook vaak gebruikt in sport onderzoek. Minder geschikt voor dagelijks gebruik.

Validiteit ★★★★★
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ 15 minuten
Frequentie Elke 1-3 weken

ARSS

De Acute Recovery and Stress Scale is een vragenlijst met 32 statements over de ervaren mate van stress en herstel op dit moment die gescoord worden van 0 -helemaal niet van toepassing, tot 6 - volledig van toepassing. 4 van de 8 categorieën zijn sensitief voor verandering in training load.

Validiteit ★★★★★
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ 4-5 minuten
Frequentie Elke dag

HOOPER INDEX

De Hooper Index is een vragenlijst met 4 vragen over de ervaren mate van stress en herstel op dit moment die gescoord worden van 1-heel heel laag/goed, tot 7-heel heel slecht/hoog. De vragen zijn sensitief voor verandering in training load.

Validiteit ★★★★★
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ <1 minuut
Frequentie Elke dag

SRSS

De Short Recovery and Stress Scale is een vragenlijst met 8 statements over de ervaren mate van stress en herstel op dit moment die gescoord worden van 0 -helemaal niet van toepassing, tot 6 - volledig van toepassing. Het is de verkorte versie van de ARSS.

Validiteit ★★★★★
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ 1 minuut
Frequentie Elke dag

POMS

De Profile Of Mood States is een vragenlijst met 32 woorden over stemming en gevoelens van de afgelopen week die gescoord worden van 0-helemaal niet, tot 4-heel erg. De vragen zijn sensitief voor verandering in training load, zelfs al na één dag.

Validiteit ★★★★★
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ 3-5 minuten
Frequentie Elke week

DALDA

De Daily Analyses of Life Demands for Athletes is een vragenlijst over stress van een atleet, binnen en buiten de sport. Er zijn in totaal 34 begrippen over bronnen of symptomen van stress die gescoord worden van a-erger dan normaal, tot c-beter dan normaal. De vragen zijn sensitief voor training load.

Validiteit ★★★★★
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ 3-5 minuten
Frequentie Elke dag

MCLEAN

De vragenlijst gebruikt door McLean heeft 5 vragen over de ervaren mate van stress en herstel op dit moment. De vragen worden gescoord van 1-5 en al deze opties hebben een eigen beschrijving. De vragenlijst is niet apart gevalideerd, maar is wel sensitief voor verandering in training load.

Validiteit ?
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ <1 minuut
Frequentie Elke dag

	REST-Q Sport	ARSS/ SRSS	Hooper Index	POMS	DALDA	McLean
Fysieke belasting & Herstel	x	x	x			x
Vermoeidheid & Energie	x	x	x	x		x
Stress	x	x	x	x	x	x
Emotionele staat & Balans	x	x		x	x	x
Mentale weerbaarheid & zelfregulatie	x	x				
Sociale factoren	x					
Slaap	x		x			x
Stemming & Psychologisch welzijn	x	x		x	x	x

KNISB

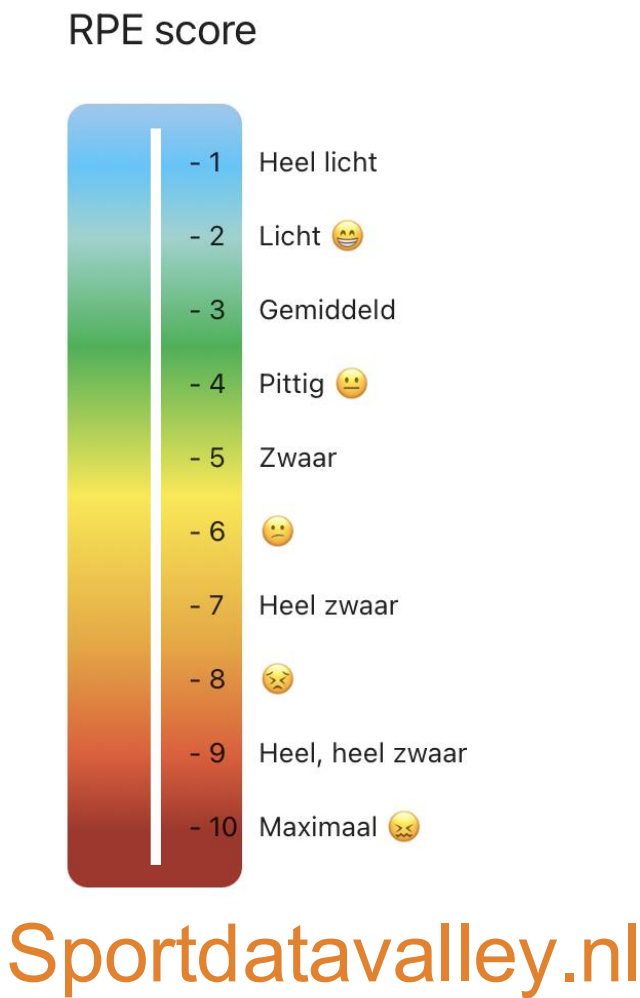
SPORTMONITOR OP MAAT

Inge Smalleqange

Subjectieve data



MUST	RPE, gevoel en plezier uitvragen
SHOULD	Zwaarder wegen dan objectieve data
COULD	Relateren aan interne en externe belasting data
WONT	Wel verzamelen maar geen actie op ondernemen



STRESS EN HERSTEL MONITOREN

Welke vragenlijst kies je?

Het monitoren van atleten is belangrijk om prestaties te verbeteren en om overtraining en blessures te voorkomen. Maar welke vragenlijsten om te monitoren zijn er, en wat meten die precies?

REST-Q SPORT

De REST-Q Sport is een vragenlijst met 76 stellingen over stress en herstel die gescoord worden van 0 - nooit, tot 6 - altijd. De vragenlijst is betrouwbaar en sensitief voor verandering in training load en wordt daarom ook vaak gebruikt in sport onderzoek. Minder geschikt voor dagelijks gebruik.

Validiteit ★★★★★
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ 15 minuten
Frequentie 📅 Elke 1-3 weken

ARSS

De Acute Recovery and Stress Scale is een vragenlijst met 32 statements over de ervaren mate van stress en herstel op dit moment die gescoord worden van 0 - helemaal niet van toepassing, tot 6 - volledig van toepassing. 4 van de 8 categorieën zijn sensitief voor verandering in training load.

Validiteit ★★★★★
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ 4-5 minuten
Frequentie 📅 Elke dag

HOOPER INDEX

De Hooper Index is een vragenlijst met 4 vragen over de ervaren mate van stress en herstel op dit moment die gescoord worden van 1 - heel heel laag/goed, tot 7 - heel heel slecht/hoog. De vragen zijn sensitief voor verandering in training load.

Validiteit ★★★
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ <1 minuut
Frequentie 📅 Elke dag

SRSS

De Short Recovery and Stress Scale is een vragenlijst met 8 statements over de ervaren mate van stress en herstel op dit moment die gescoord worden van 0 - helemaal niet van toepassing, tot 6 - volledig van toepassing. Het is de verkorte versie van de ARSS.

Validiteit ★★★★★
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ 1 minuut
Frequentie 📅 Elke dag

POMS

De Profile Of Mood States is een vragenlijst met 32 woorden over stemming en gevoelens van de afgelopen week die gescoord worden van 0 - helemaal niet, tot 4 - heel erg. De vragen zijn sensitief voor verandering in training load, zelfs al na één dag.

Validiteit ★★★★★
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ 3-5 minuten
Frequentie 📅 Elke week

DALDA

De Daily Analyses of Life Demands for Athletes is een vragenlijst over stress van een atleet, binnen en buiten de sport. Er zijn in totaal 34 begrippen over bronnen of symptomen van stress die gescoord worden van 1 - erger dan normaal, tot 5 - beter dan normaal. De vragen zijn sensitief voor training load.

Validiteit ★★★★★
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ 3-5 minuten
Frequentie 📅 Elke dag

MCLEAN

De vragenlijst gebruikt door McLean heeft 5 vragen over de ervaren mate van stress en herstel op dit moment. De vragen worden gescoord van 1-5 en al deze opties hebben een eigen beschrijving. De vragenlijst is niet sport gevalideerd, maar is wel sensitief voor verandering in training load.

Validiteit ?
Duidelijkheid ★★★★★
Sensitiviteit ★★★★★
Invultijd ⌚ <1 minuut
Frequentie 📅 Elke dag

	REST-Q Sport	ARSS/ SRSS	Hooper Index	POMS	DALDA	McLean
Fysieke belasting & Herstel	+	+	+			+
Vermoeidheid & Energie	+	+	+	+	+	+
Stress	+	+	+	+	+	+
Emotionele staat & Balans	+	+		+	+	+
Mentale weerbaarheid & zelfregulatie	+	+				
Sociale factoren	+					
Slaap	+		+			+
Spanning & Psychologisch welzijn	+	+		+	+	+

KNISB

SPORTMONITOR OP MAAT

Inge Smallegange



**SPORTMONITOR
OP MAAT**

Prestatie

Key Prestatie Indicatoren

Training Doelstellingen

FITT Training

(Externe belasting)

Respons Training

(Interne belasting)

Adaptaties

Trainingseffecten

Invloeden:

Individuele kenmerken

Training status

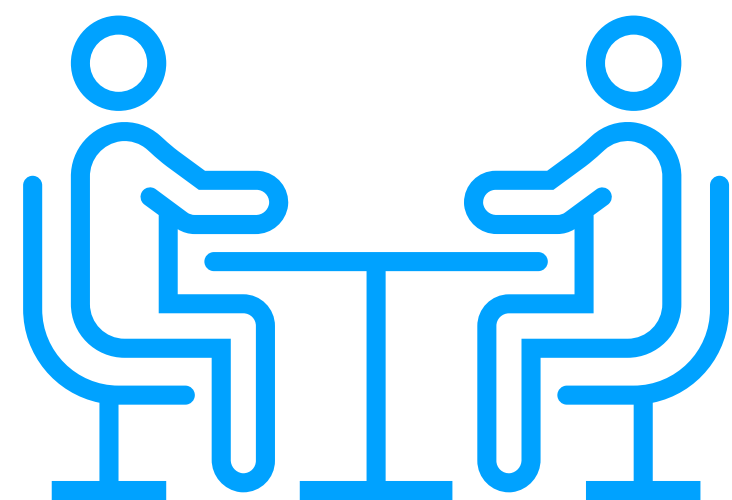
Gezondheid

Welzijn

Voeding

Omgeving

...



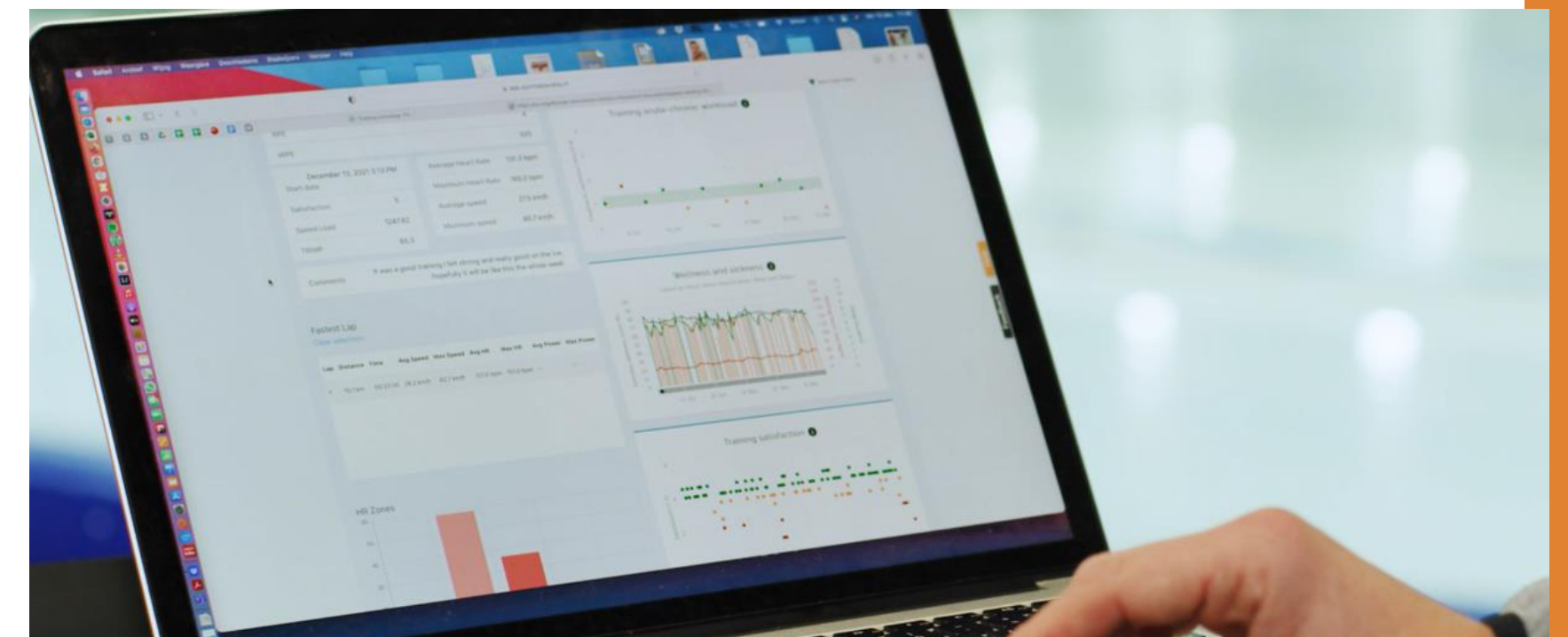
3 min

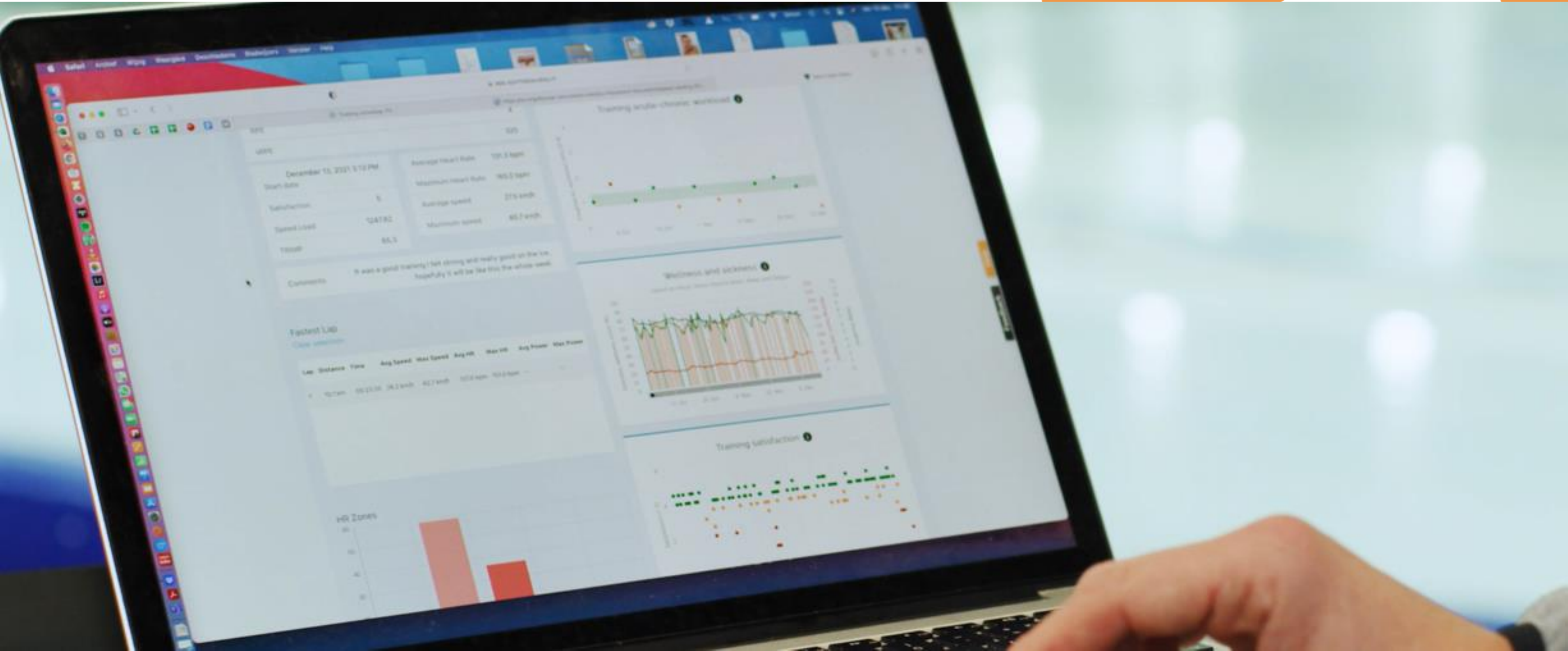
Aangepast uit: Impellizzeri, F. M., Marcora, S. & Coutts, A. J. (2019). Internal and external training load: 15 years on. *International journal of sports physiology and performance*, 14(2), 270-273.

Regioorgaan

Onderwerpen

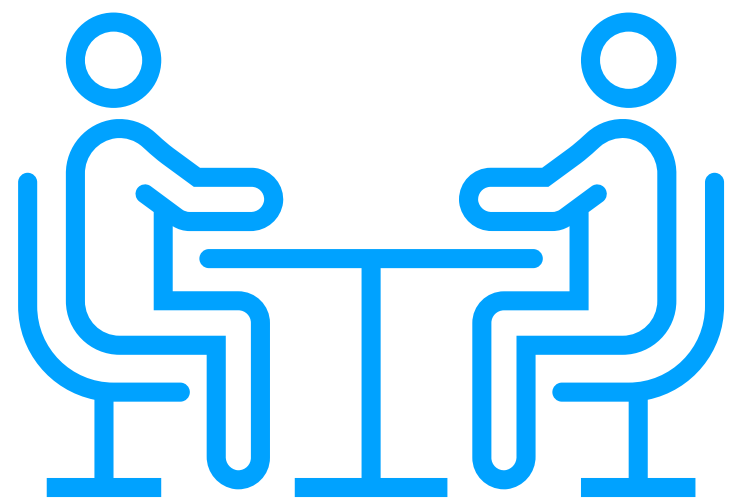
- Welke data is echt waardevol?
- Hoe krijg ik inzicht in die data?
- Jouw programma verbeteren





Kern 1: Inzicht in verzamelde data

- Hoe zorg jij voor inzicht nu in data van de rijders uit jouw groep?
- Wat mis je nog om inzicht te krijgen in de data van de rijders uit jouw groep?



3 min

Coach dashboard ontwikkeling



- Coach in Control



- Sportmonitor op Maat



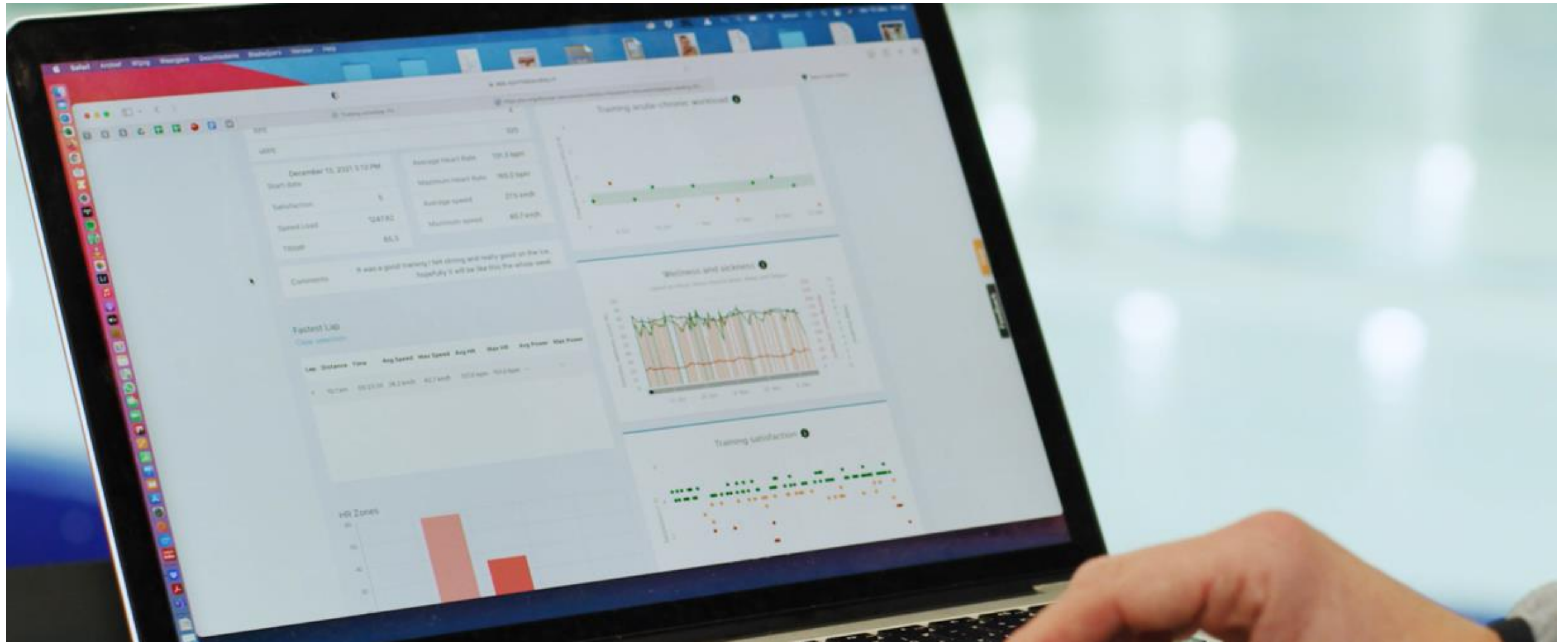
Inzicht en vereisten van trainer-coaches

- Coach top-5
 - Eigen keuze in de weergave
 - Zo min mogelijk klikken
 - Snel overzicht over de hele groep
 - Alles in 1 systeem
 - Ingebouwde waarschuwingen



Bron: Goudsmit, J. F. A., Otter, R., Stoter, I., van Holland, B., van der Zwaard, S., de Jong, J., & Vos, S. B. (2022). Co-Operative Design of a Coach Dashboard for Training Monitoring and Feedback. *Sensors*, 22(23), Article 9073

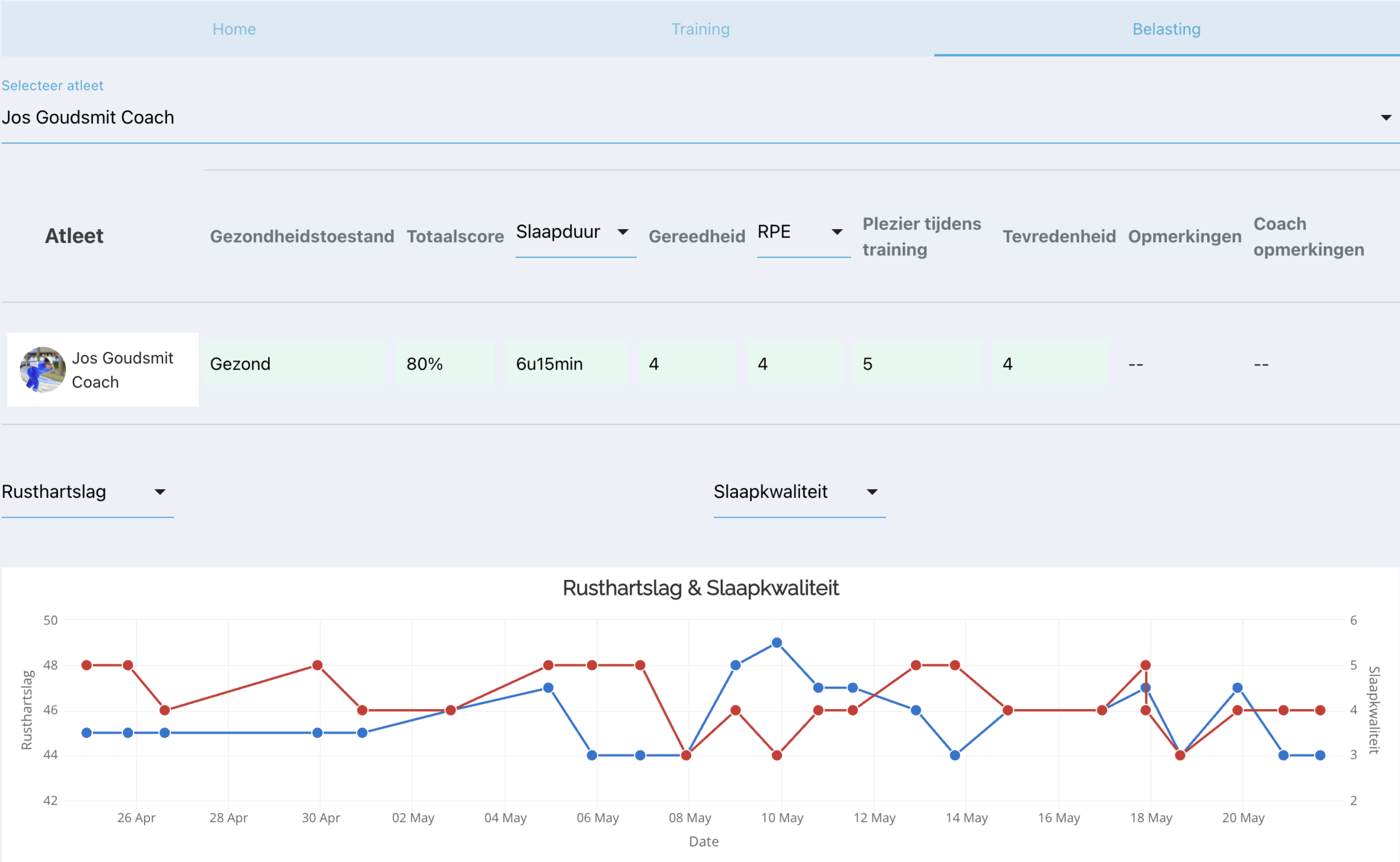
Vertalen naar coach dashboard



Bron: Goudsmit, J. F. A., Otter, R., Stoter, I., van Holland, B., van der Zwaard, S., de Jong, J., & Vos, S. B. (2022). Co-Operative Design of a Coach Dashboard for Training Monitoring and Feedback. *Sensors*, 22(23), Article 9073

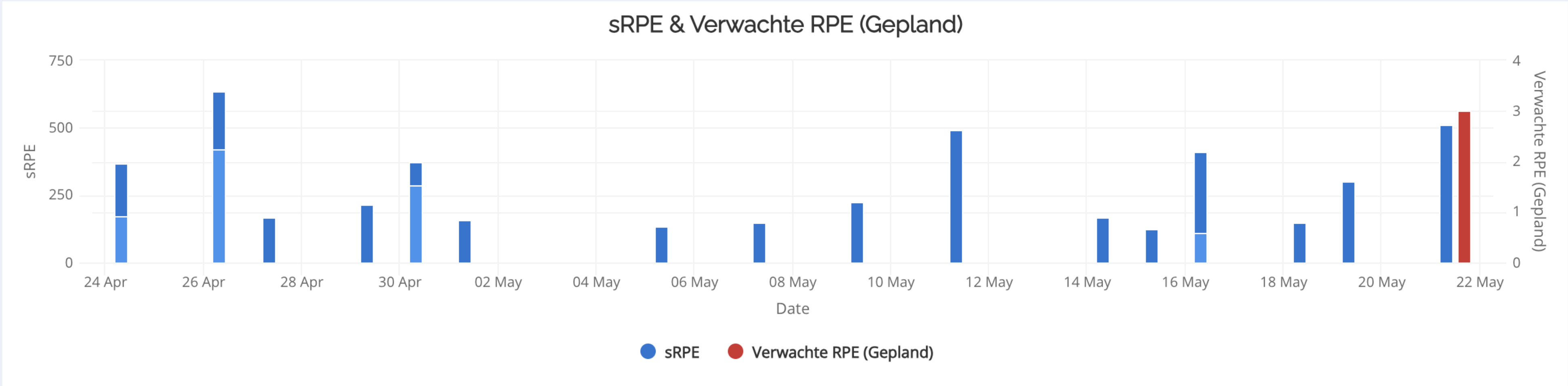
☒ Z-Score kleurcodering inschakelen (afgelopen 28 dagen)

Overzicht van alle groepsleden										
Atleet	 Gezondheid	 Welzijn		 Training						
	Gezondheidstoestand	Totaalscore	Slaapduur ▼	Gereedheid	RPE ▼	Plezier tijdens training	Tevredenheid	Opmerkingen	Coach opmerkingen	
	 Jos Goudsmit Coach	Gezond	80%	6u15min	4	4 (ingepland: 3)	5	4	--	--



sRPE

achte RPE (Gepland)



Geplande versus ervaren belasting. Vergelijkt wat is voorgeschreven met wat de sporter daadwerkelijk ervoer — verschillen onthullen problemen met pacing, motivatie of een plan dat niet aansluit bij de huidige capaciteit van de sporter.

Coachvraag: ‘Heb je het gevoel dat je beter wordt van deze belasting?’

Bron: [Otter, R. T. A., Bakker, A. C., van der Zwaard, S., Toering, T., Goudsmit, J. F. A., Stoter, I. K., & de Jong, J. \(2022\). Perceived Training of Junior Speed Skaters versus the Coach’s Intention: Does a Mismatch Relate to Perceived Stress and Recovery? International Journal of Environmental Research and Public Health, 19\(18\), 11221.](#)

Begindatum

24-04-2026

Einddatum

21-05-2026

28 dagen: apr. 24 - mei 21, 2026

Trainingen plannen

Ingeroosterde trainingen

Startdatum

21-04-2026

Einddatum

21-06-2026

Selecteer atleten...

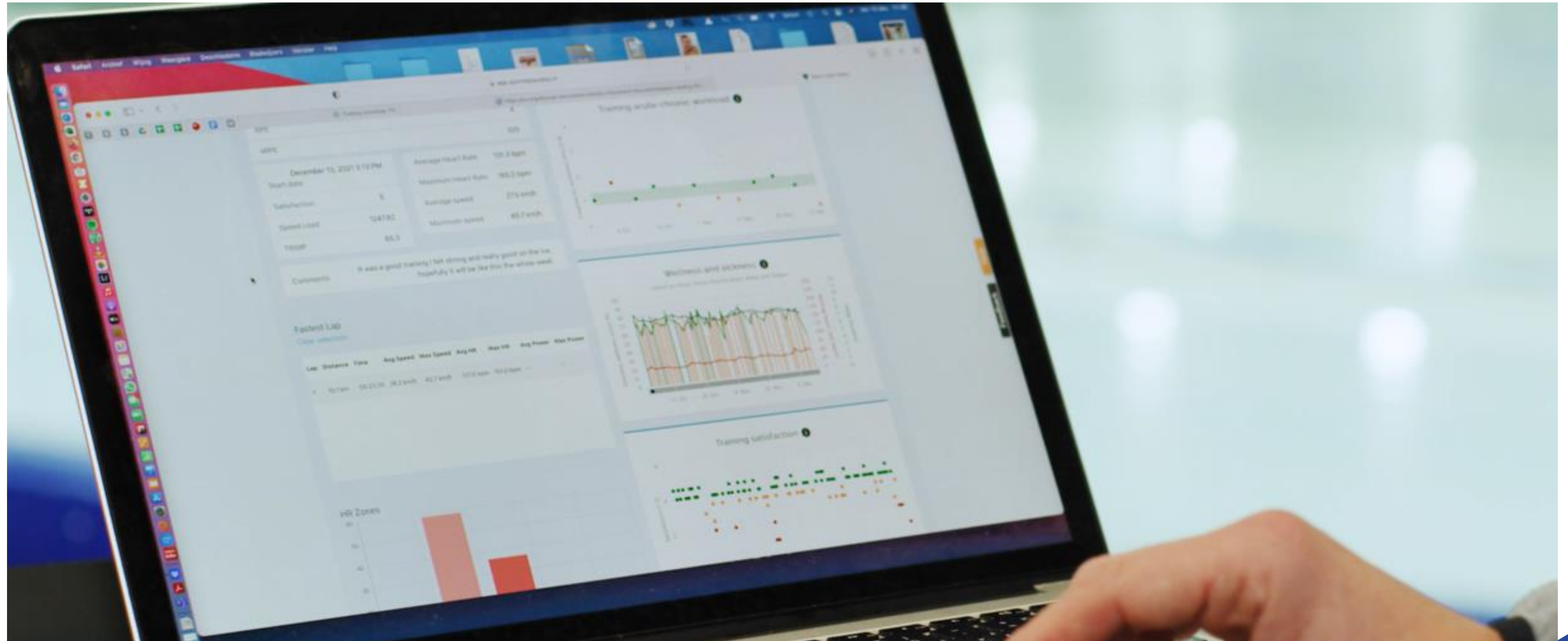
Kopiëer naar Nieuwe trainingen

Kopiëer naar datums

Verwijderen

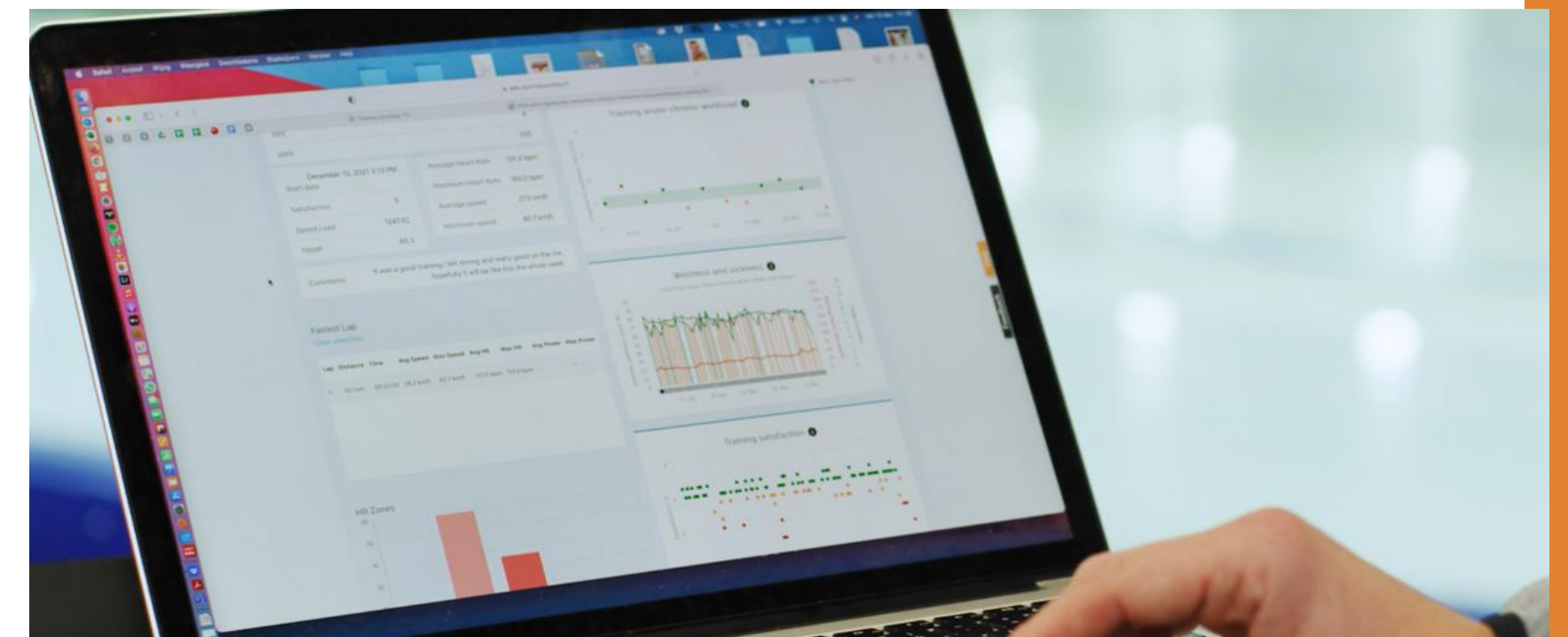
 Startdatum ↑	Locatie	Trainer	Weektype	Trainingstype	Sessietype	Verwachte duur (min)	Verwachte inspanning (RPE 1-10)	Personen
☒ 21-05-2026 06:30	Buiten			Hardlopen	Extensieve duur	60	5	
☐ 23-05-2026 00:00	Buiten			Hardlopen	Extensieve duur	30	5	
☐ 25-05-2026 06:30	Buiten			Hardlopen	Extensieve duur	30	5	
☐ 28-05-2026 06:30	Buiten			Hardlopen	Extensieve duur	30	5	

Coach dashboard? Of Sporter en Coach dashboard



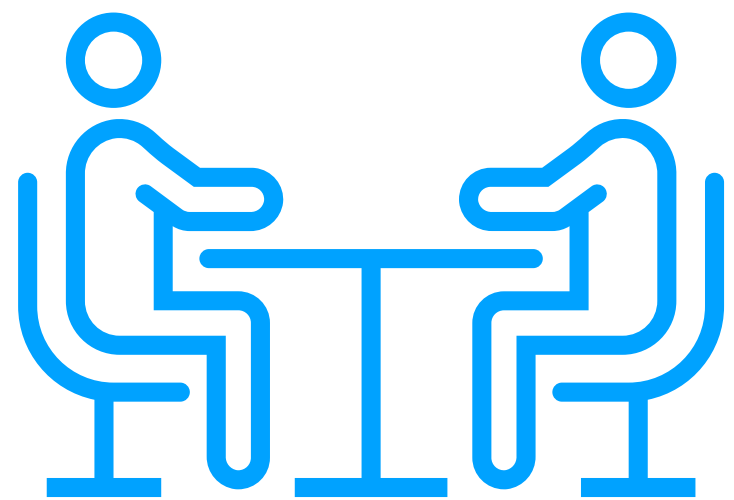
Onderwerpen

- Welke data is echt waardevol?
- Hoe krijg ik inzicht in die data?
- Jouw programma verbeteren



Kern 2: Jouw programma

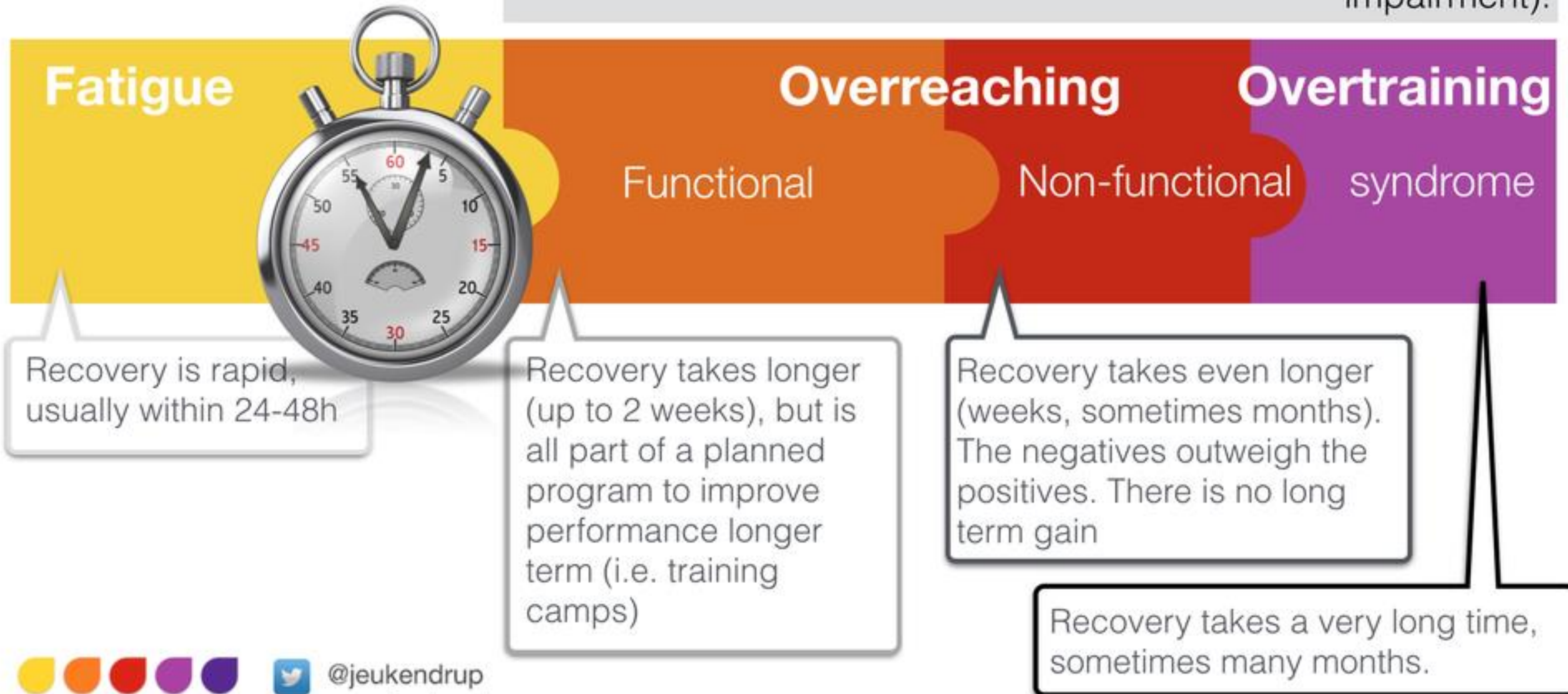
- Hoe zorg jij voor optimale ontwikkeling van de rijders in jouw groep?

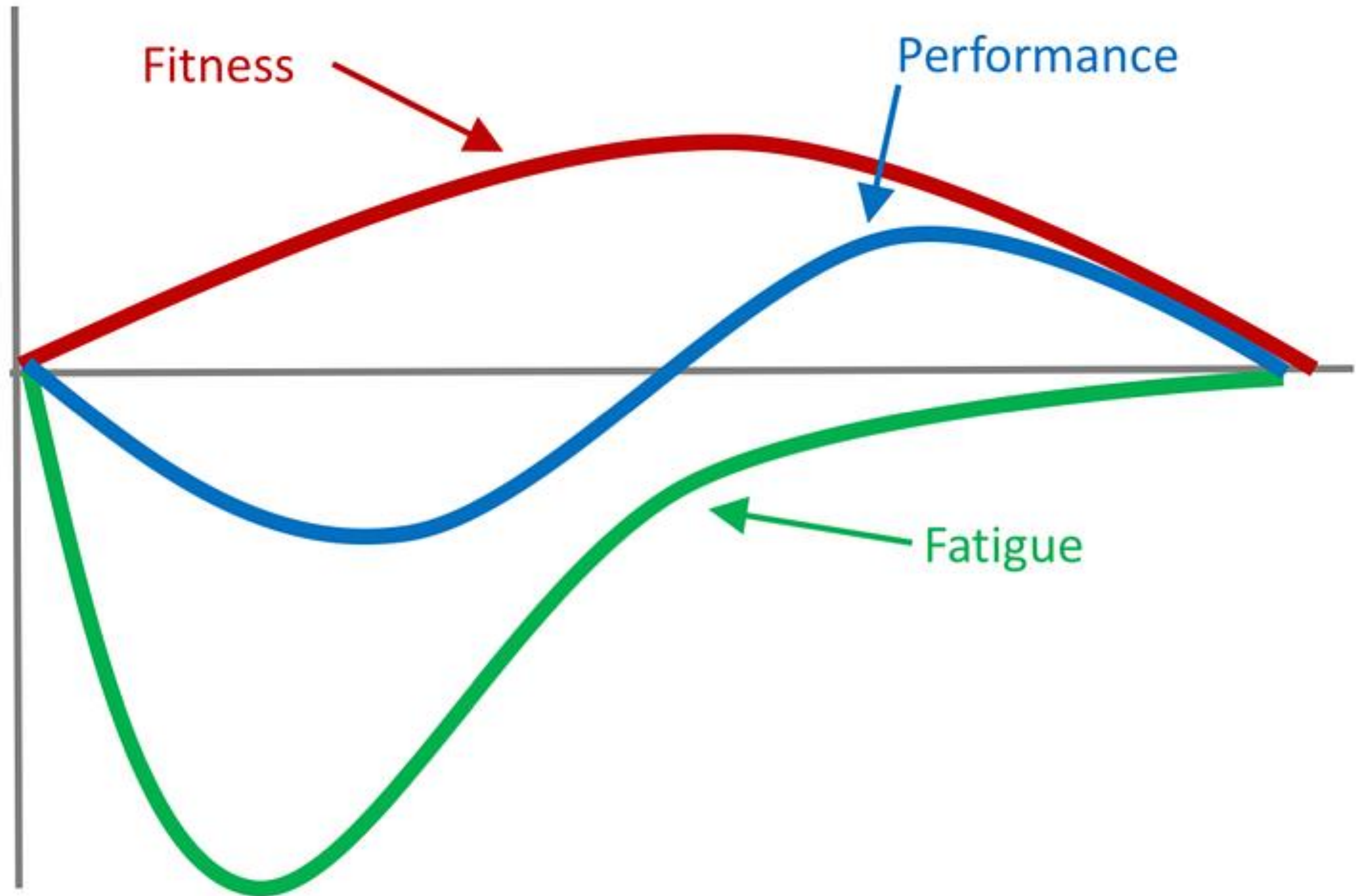


3 min

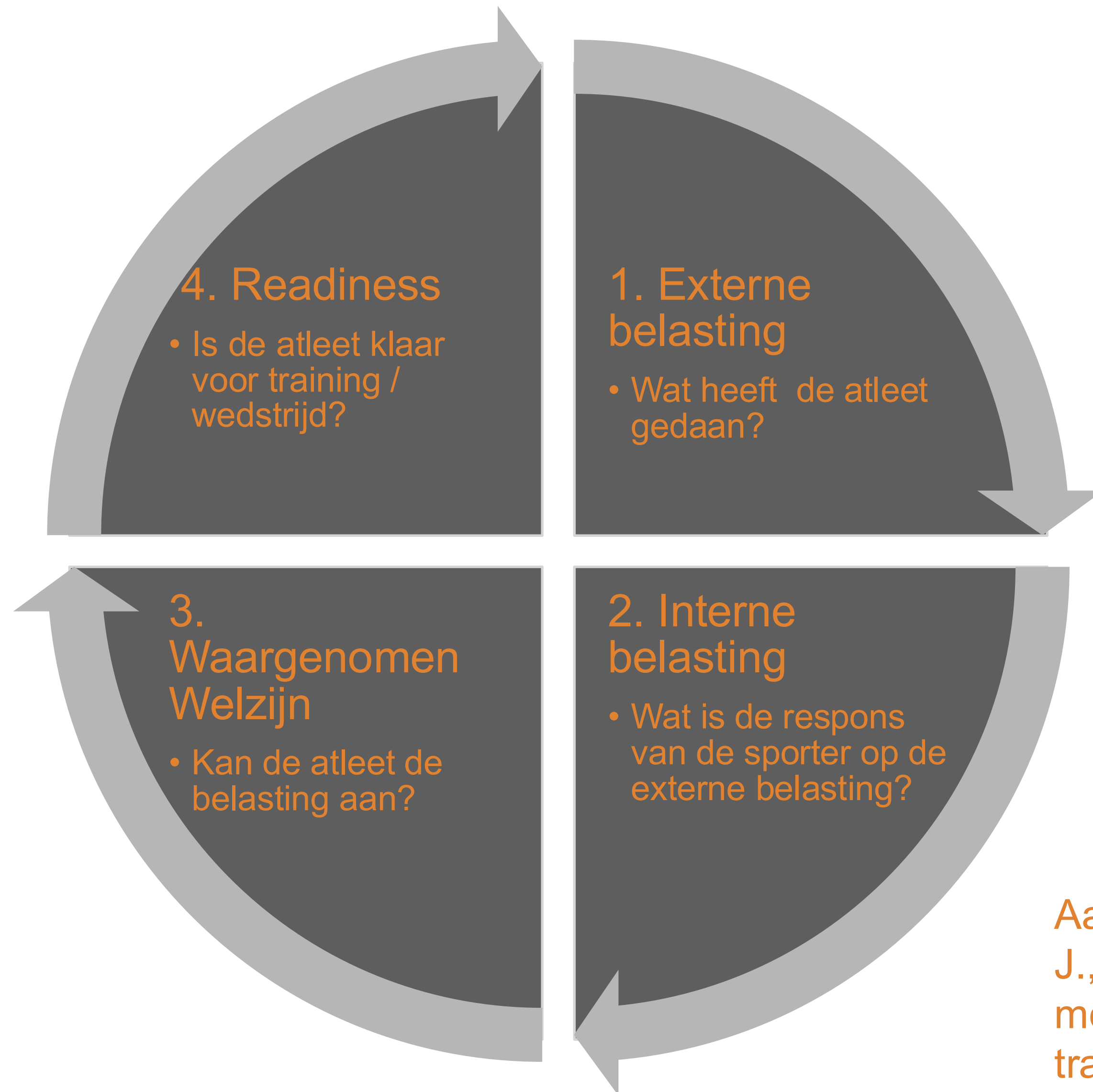
Overtraining continuum

Difference between overreaching and overtraining is the amount of time needed for performance restoration (not the type or duration of training stress or degree of impairment).





Atleet monitoring cyclus



44

Aangepast uit: Gabbett, T. J., Nassis, G. P., Oetter, E., Pretorius, J., Johnston, N., Medina, D. & Ryan, A. (2017). The athlete monitoring cycle: a practical guide to interpreting and applying training monitoring data.

Hoe pas je training aan?



WAT ALS...

Mal-
adaptatie

Verlaag
belasting

Verhoog
belasting

Adaptatie

Hoog

Interne Belasting

Laag

Laag

Externe Belasting

Belasting

Hoog

Hoe pas je training aan?

WAT ALS...



Hoe pas je training aan?



WAT ALS...





**SPORTMONITOR
OP MAAT**
POWERED BY
COACH IN CONTROL

1

Doel & instrumenten



Kies voor een duidelijk doel en passende instrumenten

2

Eigenaarschap & vertrouwen



Creëer eigenaarschap en vertrouwen bij de atleet

3

Stafoverleg & taakverdeling



Zorg voor afstemming en heldere verantwoordelijkheden

4

Interpretatie & gesprek



Maak communicatie een structureel onderdeel van het monitoren

5

Integreren in routines



Integreer het proces in de routines van de staf én atleet

6

Begeleiding & doorontwikkeling

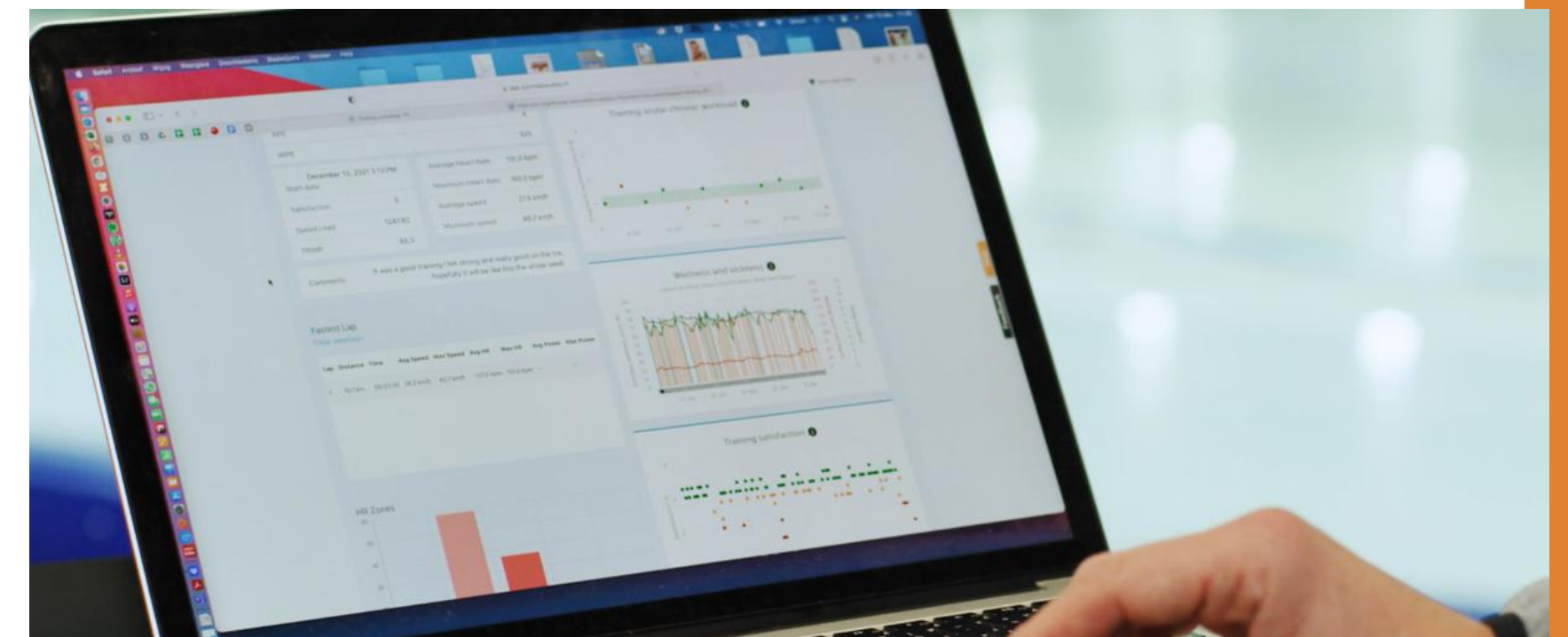


Blijf als coach leren

*Model gebaseerd op Saw et al. (2017) en
aangevuld met inzichten van topsportcoaches.*

Terugblik

- Welke data is echt waardevol?
- Hoe krijg ik inzicht in die data?
- Jouw programma verbeteren



Bronnen

- Espinosa, H., Mears, A., Stamm, A. et al. Wearable sensor technology in sports monitoring. Sports Eng 28, 4 (2025).
- Foster, C., Rodriguez-Marroyo, J. A., & de Koning, J. J. (2017). Monitoring Training Loads: The Past, the Present, and the Future. International Journal of Sports Physiology and Performance, 12(s2), S2-2-S2-8.
- Gabbett, T. J., Nassis, G. P., Oetter, E., Pretorius, J., Johnston, N., Medina, D. & Ryan, A. (2017). The athlete monitoring cycle: a practical guide to interpreting and applying training monitoring data.
- Goudsmit, J., Giudici, S. L., Herweijer, J., & Vos, S. (2020). Measuring Running Workload and Key Points during Treadmill Running Using a Custom Build 'Nodes' System. Proceedings, 49(1), 30.
- Goudsmit, J. F. A., Otter, R., Stoter, I., van Holland, B., van der Zwaard, S., de Jong, J., & Vos, S. B. (2022). Co-Operative Design of a Coach Dashboard for Training Monitoring and Feedback. Sensors, 22(23), Article 9073.
- Halson SL, Jeukendrup AE. Does overtraining exist? An analysis of overreaching and overtraining research. Sports Med. 2004;34(14):967-81. doi: 10.2165/00007256-200434140-00003. PMID: 15571428.
- Impellizzeri, F. M., Marcora, S. M., & Coutts, A. J. (2019). Internal and external training load: 15 years on. International journal of sports physiology and performance, 14(2), 270-273.
- Lele Gu, Cheng Qian, The application of smart wearable devices in the detection of sports energy consumption: A review, Intelligent Sports and Health, Volume 1, Issue 2, 2025, Pages 67-78,
- Otter, R. T. A., Bakker, A. C., van der Zwaard, S., Toering, T., Goudsmit, J. F. A., Stoter, I. K., & de Jong, J. (2022). Perceived Training of Junior Speed Skaters versus the Coach's Intention: Does a Mismatch Relate to Perceived Stress and Recovery? International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(18), Article 11221.
- Roete, A. J., Elferink-Gemser, M. T., Otter, R. T., Stoter, I. K., & Lamberts, R. P. (2021). A Systematic Review on Markers of Functional Overreaching in Endurance Athletes. International Journal of Sports Physiology and Performance, 16(8), 1065-1073
- Seçkin, A. Ç., Ateş, B., & Seçkin, M. (2023). Review on Wearable Technology in Sports: Concepts, Challenges and Opportunities. Applied Sciences, 13(18).
- www.sportdatavalley.nl
- Van Hooren B, Goudsmit J, Restrepo J, Vos S. Real-time feedback by wearables in running: Current approaches, challenges and suggestions for improvements. J Sports Sci. 2020 Jan;38(2):214-230



SPORTMONITOR

OP MAAT

POWERED BY COACH IN CONTROL



SPORTMONITOR OP MAAT

RO

Ruby Otter

Onderzoeker – Rijksuniversiteit
Groningen

Gespecialiseerd in fysieke belasting, belastbaarheid en functional overreaching bij sporttalenten. Helpt coaches om monitoringsdata te interpreteren en trainingsbelasting te optimaliseren.

Fysieke belasting

Overreaching

Prestatieoptimalisatie

IS

Inge Stoter

Onderzoeker – Innovatielab Thialf

Expert in trainingsmethodiek en de interactie tussen coach en sporter. Begeleidt coaches bij het opzetten van een effectief monitoringsproces in de wedstrijdport.

Trainingsmethodiek

Coach-sporter interactie

Schaatssport

JN

Janco Nolles

Onderzoeker – Hanzehogeschool
Groningen

Begeleidt coaches en sportorganisaties bij de implementatie van monitoring en de toepassing van de zes bouwstenen in de dagelijkse trainingspraktijk.

Implementatie

Scholing

Talentontwikkeling

DvD

Dick van Dijk

Onderzoeker – Hanzehogeschool
Groningen

Gespecialiseerd in data-analyse en trainingswetenschap. Ondersteunt coaches bij het vertalen van meetresultaten naar concrete beslissingen in het trainingsproces.

Data-analyse

Trainingswetenschap

Prestatiemeting

SB

Simone Beekhuizen

Onderzoeker – Innovatielab Thialf

Begeleidt sportbonden en coaches bij de praktische implementatie van trainingsmonitoring via systemen als Smartabase, aan de hand van de zes bouwstenen van monitoring.

Implementatie

Smartabase

Turnen & gymnsport

JG

Jos Goudsmit

Onderzoeker – Fontys Hogeschool

Ontwikkelde het Coach in Control dashboard en ondersteunt coaches bij het opzetten van effectieve datavisualisatie via SportDataValley en vergelijkbare platforms.

Dashboard

SportDataValley

Datavisualisatie

BvdB

Berber van der Berg

Sportpsycholoog

Ondersteunt coaches bij het creëren van een autonomie-ondersteunend klimaat rondom monitoring en de psychologische dimensie van de coach-sporter relatie.

Sportpsychologie

Autonomie

Motivatieklimaat

Neem contact op

Neem contact op

Neem contact op

- www.coachincontrol.nl
- j.goudsmit@fontys.nl

