

**HOOFDREDACTEUR**

drs. Hanno van der Loo

**REDACTIE**

drs. Jorrit Rehorst  
drs. Germen van Heuveln

**EINDREDACTIE**

drs. Hanno van der Loo

**VASTE MEDEWERKERS**

dr. Jacques van Rossum, dr. Martin Truijens,  
Bas Van Hooren MSc, drs. Erik Hein

**ADRES**

*Sportgericht*  
Julianastraat 73  
2771 EB Boskoop  
Telefoon 0172-230681  
E-mail [sportgericht@xs4all.nl](mailto:sportgericht@xs4all.nl)  
[www.sport-gericht.nl](http://www.sport-gericht.nl)

**TWITTER**

@SportGericht

**Druk**

Zalsman B.V., Zwolle

**LAY-OUT**

Asterisk\*, Amsterdam

© 2018 Uitgeverij Sportgericht

ISSN 1571-8654

**ABONNEMENTSPRIJS**

€59,- (Nederland) voor 6 nummers, incl. BTW  
en verzendkosten. België €69,-.  
Voor studenten €47,- indien een kopie  
collegekaart wordt meegestuurd.  
Belgische studenten €57,-.  
Europa €69,-, daarbuiten €89,-.

**OVERNAME ARTIKELEN**

Het overnemen en vermenigvuldigen van  
artikelen is slechts geoorloofd na schriftelijke  
toestemming van de uitgever.

Auteurs vrijwaren de uitgever voor eventuele  
claims van derden vanwege gepubliceerde  
bijdragen in de vorm van artikelen, foto's of  
ander illustratiemateriaal.

# Inhoud

## Spiegel

U ontvangt dit nummer op de slotdag van de Olympisch Winterspelen (of een paar dagen later, als u in het buitenland woont). Als ik dit schrijf zijn de Spelen net begonnen. Hoogtepunten van diverse pluimage buitelen al over elkaar heen: een volkomen outsider (Carlijn Achtereekte) die een volledig Nederlands podium op de 3000 meter schaatsen aanvoert, Sjinkie die zijn eerste kans meteen verzilvert, het verwachte (maar juist daarom zo knappe) goud van Sven op de 5000 meter en vervolgens de legendarische gouden plak van Ireen op de 1500 meter, met twee indrukwekkende 'verhalen' van jarenlang doorzetten in haar kielzog: Marrit Leenstra en Lotte van Beek. De medaillespiegel staat na drie dagen al op 3-2-2 en er komen nog een heleboel kansen. Enfin, u weet inmiddels hoe het is afgelopen. Over spiegels gesproken: daar kijken we bij *Sportgericht* ook regelmatig in. Zo vroeg ik mij enkele jaren geleden op deze plaats af hoeveel rek er nog in het blad zat. In deze tijd van ontleding en digitalisering een belangrijke vraag. Het is inmiddels gebleken dat die rek zeker nog aanwezig is. Tegen de algemene trend in is onze oplage de afgelopen jaren gestaag blijven groeien, waardoor wij diverse verbeteringen konden doorvoeren terwijl het abonnementsgeld vrijwel gelijk bleef. In 2018 betaalt u zelfs niets meer dan in 2017! En dat ondanks een extra investering, want bij dat kijken in de spiegel kwamen we ook tot de conclusie, dat wat meer kleur op de wangen ons niet zou misstaan. En zo geschiedde. Wij horen graag wat u ervan vindt!

Hanno van der Loo  
Hoofdredacteur *Sportgericht*

<b>De hartslagvariabiliteit van een Ironman triatleet. Bevindingen na een seizoen monitoren</b> , Sander Berk	2
<b>Play different! Creativiteit in de sport</b> , Erik Hein	6
<b>Visies op vermoeidheid. Deel 3: Perifere factoren – vermoeidheid op spierniveau</b> , Wim Burgerhout	12
<b>Daar zit toch een goede kop op? Beter voorspellen van sportprestaties met inzichten uit de selectiepsychologie</b> , Hajo Meijer, Susan Niessen, Wouter Frencken & Ruud den Hartigh	18
<b>Apenkooien</b>	24
<b>Sportblessures vanuit neuropathisch perspectief. Deel 1: Werkingsmechanismen, diagnostiek en toepassing</b> , Halbe Kooter & Martine Verwoerd	26
<b>Loopvermogen van een voetballer monitoren? Combineer de RAST en de ISRT</b> , Nick Dontje	31
<b>Hervorming van de voetbalspelregels. Een interessant studieobject</b> , Rob Siekmann	36
<b>Leren accelereren. Toepassing van motorische leerprincipes</b> , Erwin Mortier & Brendan Troost	40
<b>Waar een wil is, is een weg? Experts over vermoeidheid en sportprestatie</b> , Arne Nieuwenhuys & Lieke Schiphof-Godart	45

Foto cover: Japan Skating Federation

Het volgende nummer van *Sportgericht* (1/2018) verschijnt op 26 april 2018