

# Preventie en jeugd (top)sport en SpartaNova

Roy Schaaij  
Kinderfysiotherapeut  
Fysiek Trainer

31 mei 2014

# Topjeugd academie

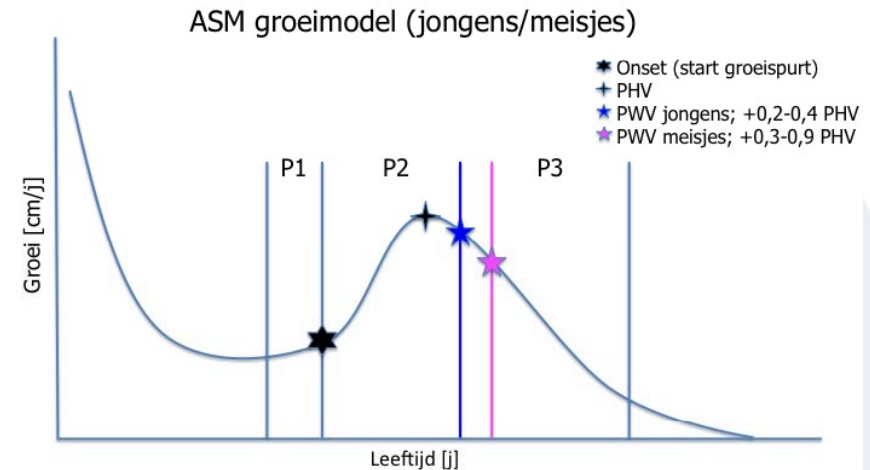


Kampong Academie  
*Thuis voor talent*

“wij begeleiden op inhoud, welzijn en proces”

# Fysieke ontwikkeling kind

- Groei spurts
  - Lengte
  - Gewicht
  - Zithoogte
- Motorische eigenschappen
  - Flexibiliteit
  - Behendigheid
  - Kracht
  - Coördinatie en Stabiliteit
  - Aeroob vermogen
  - Anaeroob vermogen



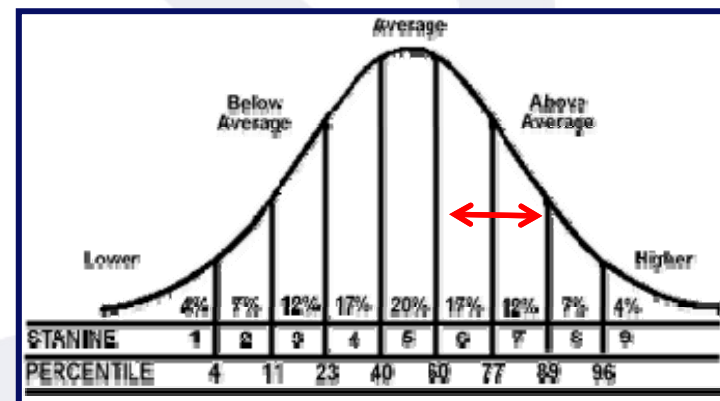
# Modellen

- Long Term Athletic Development (LTAD)
- Model van Mero *et al.*
- Athletic Skills Model (ASM)



# Fysieke testen

- Passend binnen de motorische ontwikkeling van het kind / adolescent
- Normwaarden per leeftijd
- Sportspecifiek



# Voorbeeld Hockey JD1

- Leeftijd 12 t/m 14 jaar
- Fysieke ontwikkeling
  - Flexibiliteit
  - Snelkracht
  - Behendigheid
  - Balans
- Shuttle Run Test

# Advies

- Uitslagen bespreken met speler, trainer(s)/ coach(es)
- Herkennen patronen
- Preventieve oefeningen tijdens w-up
- Inzet disciplines

# Toekomst

- Kind centraal
- Herkennen overbelastingpatronen
- Beter samenwerking disciplines
- Ontwikkeling preventieve module



# SpartaNova



# SpartaNova

Als spin-off van UGent en VUB combineert SpartaNova wetenschappelijke kennis met veldexpertise en vertaalt dit in een professionele **evidence-based online tool**

**Risk Factors and Mechanisms of Knee Injury in Runners**  
STEPHEN P. MERRILL, CLAUDINE LEGREY, CARL...  
ROBERT F. MARRAS, and PAUL BEVENS\*

**Mechanisms of Anterior Cruciate Ligament Injury**  
Tone Bahr, Torje Waale Florennes, Trond...  
And J Sports Sci

**New method to identify athletes at high risk of ACL injury using clinic-based measurements and freeware computer analysis**  
Gregory D Myer,<sup>1-3</sup> Kevin R Ford,<sup>1,2,4</sup> Timothy E Hewett<sup>1,2,4,5,6</sup>

**Validation of a Clinical Method to Assess Pectoralis Strength: Application of the Method to the Literature**  
Dyskinesia, OPT, PT, or impingement algorithm for early

**Correlation of isokinetic and non-isokinetic dynamometry measures of knee flexion and extension strength testing**  
Brad Whiteley

**Return to Play in Athletes Following Ankle Injuries**  
Thomas G Charlton, MD, Lauren M. Matthews, BA,  
Hannah C. Jarvis, MB, BS, ACQSM, BSc(Hons), MFCB (Srg), and Anastasia B. Jaramina, PT, DPT, C

**Intrinsic Risk Factors Among Male Soccer Players: A Prospective Cohort Study**  
Anders Hauge Engstrand,<sup>1\*</sup> MD, Dorte...  
Lars Engstrand,<sup>1\*</sup> MD, PhD, and Royal...  
From <sup>1</sup>Oslo Sports Trauma Research Center, Oslo, Norway, and <sup>2</sup>Department of Orthopedic Surgery, Oslo, Norway

**Injury risk factors in junior tennis players: a prospective 2-year study**  
N. Hjalte<sup>1</sup>, S. Werner<sup>2\*</sup>, P. Rasmussen<sup>3</sup>  
<sup>1</sup>Department of Molecular Medicine and Surgery, Stockholm Sports Trauma Research Center, Karolinska Institutet, Stockholm, Sweden; <sup>2</sup>Clinic Arima Clinic, Sjösholmen, Stockholm, Sweden  
Corresponding author: N. Hjalte, RPT, Sundbyvägen 16, 171 40 Ekana, Sweden. Tel: +46 708 340 771, Fax: +46 876 011 347, E-mail: nina.hjalte@ki.se; nina.hjalte@rpt.se  
Accepted for publication 2 February 2010



Test: 08 November 2011 - volley testset - 08.11.2011 - 14.24  
Kama Cleppo - volley testset - 08.11.2011 - 14.24 - Age: 15.852

**Injury Protection Level**  
50% 3 Risks

List of injuries	Left	Right
Ankle Distortion	77%	13%
Patella Tendon Injury	58%	33%
Shoulder Overuse	-	70%

**Risk factor scores for all injuries**

- Injury History: 1
- Anthropometrics: 2
- Flexibility: 5
- Strength: 4
- Stability: 5

	Left	Right
Core Stability	40%	
Rotation Stability	55%	
Sagittal Stability	25%	
Leg Stability	57%	26%
Dynamic Balance	70%	40%
Leg Alignment	80%	24%
Pelvic Control	25%	25%
Single Leg Balance	47%	9%

**Biomechanics: 1**

Print | Send Report | Get Advice

# Screening

- Breng risicofactoren in kaart voor sportspecifieke letsels
- FULL en BASIC screening voor 13 sporten
- Moduleerbare testtemplates
- Individueel preventieprogramma op basis van het resultaat

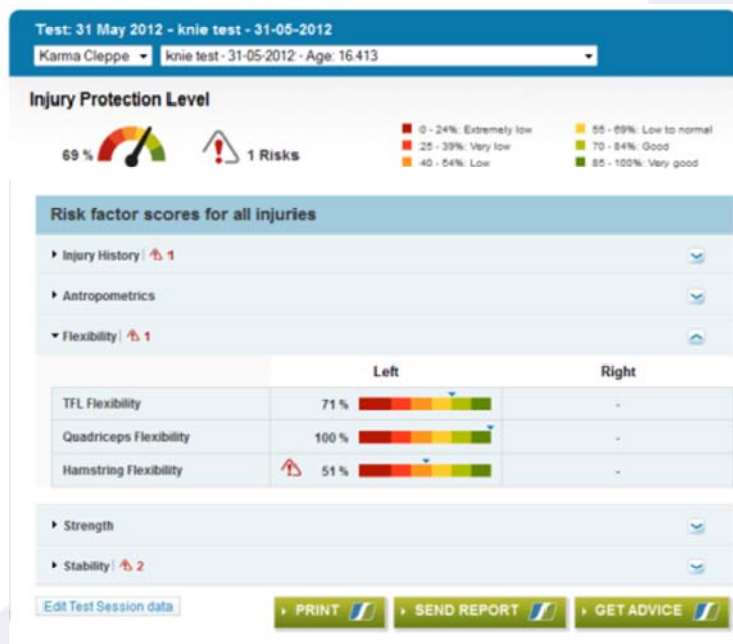
# Full Scan



- Uitgebreide en sportspecifieke screening ter blessurepreventie
- Beschermingscore per letsel
- Benchmarking van de intrinsieke risicofactoren
- Beschikbaar voor onder andere volgende sporten:

- ✓ Basketbal
- ✓ Fietsen
- ✓ Golf
- ✓ IJshockey
- ✓ Lopen
- ✓ Ski
- ✓ Tennis
- ✓ Triatlon
- ✓ Veldhockey
- ✓ Voetbal
- ✓ Voetbal - Goalkeeper
- ✓ Volleybal
- ✓ Zwemmen

# Basic Scan



- Kortdurende basisscreening per sporttype ter blessurepreventie
- Benchmarking van de belangrijkste intrinsieke risicofactoren
- Beschikbaar voor volgende sporten en sporttypes:
  - ✓ Fietsen
  - ✓ Lopen
  - ✓ Bovenhandse sporter
  - ✓ Pivot / Jumplanding sporter

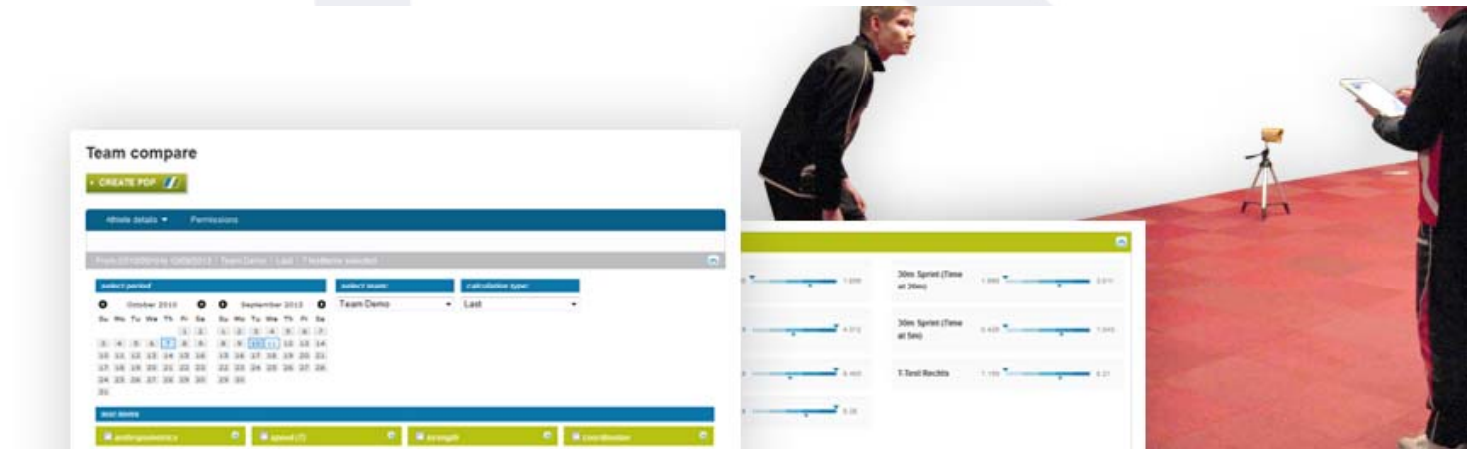
# Return to sport

	ACLR "Return to Run" 13-08-2013	ACLR "Return to Sport" LL 14-08-2013	ACLR "Return to Sport" HL 15-08-2013
Subjective Self Evaluation			
WDC	73	72	75
Fear for Re-injury	+	40	20
Anteroposterior			
Knee Extension	-1 cm	1 cm	0 cm
Flexibility			



- Zorg voor een veilige sporthervatting na een letsel
- Gevalideerde testprocedures gebaseerd op de nieuwste onderzoeksinzichten
- Duidelijke en objectieve rapportering voor communicatie met medische professionals om de 'Return-to-Play' beslissing te ondersteunen

# Performance



- Toegang tot gevalideerde tests voor diverse disciplines
- Voeg eigen tests toe met eigen benchmarks en normwaarden
- Inzichtelijke en grafische rapportering, inclusief groepsvergelijkingen, evoluties en benchmarking.

# Training



- 800+ oefeningen met protocol, foto en video
- Preventie, Revalidatie en Performance
- Voeg eigen oefeningen toe en creëer je eigen templates



# Samenvattend

- Wetenschappelijke updates
- Specifiek voor sporters
- Communicatie op afstand
- Risicoprofielen
- **Maatwerk**

# Medicort S&OC en SpartaNova

## Contactpersonen

- Inge Jansen  
[ijansen@medicort.nl](mailto:ijansen@medicort.nl)
- Ilse van Dorst  
[ivandorst@medicort.nl](mailto:ivandorst@medicort.nl)
- Tim Glazenburg  
[tglazenburg@medicort.nl](mailto:tglazenburg@medicort.nl)
- Roy Schaij  
[rschaij@medicort.nl](mailto:rschaij@medicort.nl)

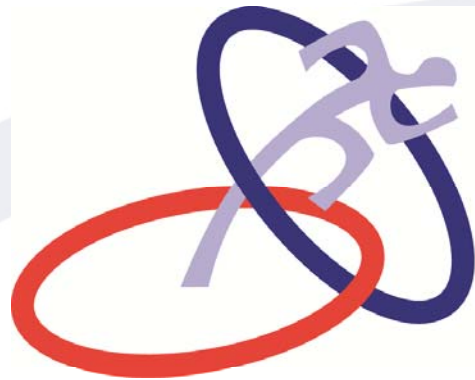


# Dank

- Kampong
  - Kinderen en ouders
  - Mark Borgers (TM)
  - Trainers en coaches
- Medicort
  - Ilse van Dorst
  - Carlijn de Jonge
  - Tim Glazenburg
- SpartaNova
  - Frederic Nemery



**VRAGEN?**



**MEDICORT**  
Sports & Orthopedic Care

# Contact

Roy Schaaïj

Kinderfysiotherapeut

Medicort Sports & Orthopedic Care

Tamminga Fysiotherapie

Mob: 0613004096

Mail: [rschaaij@medicort.nl](mailto:rschaaij@medicort.nl)