



RTC waterpolo

Het Regionaal Training Centrum is een vereniging onafhankelijk topsport waterpolo initiatief. Een RTC is bedoeld voor spelers in de leeftijd van +/- 12-16 jaar (middelbare school jaren) met aantoonbaar talent en de benodigde ambitie om een echte topspeler te worden. Trainen bij een RTC gebeurt op uitnodiging.

Als we het hebben over regionale talentontwikkeling dan praten we over het trainingsprogramma van een sportbond waarbij gebruik gemaakt wordt van de beste begeleiding en faciliteiten voor die specifieke doelgroep.

Je volgt een hoogwaardig programma van 14 - 20 uur per week.

Dit programma is onder regie van de KNZB.

Alle RTC training locaties volgen de wedstrijd situatieve leerlijn en hanteren de waterpolo code:

- 1: Respect
- 2: Passie & plezier
- 3: Integriteit
- 4: Kameraadschap
- 5: Discipline



Het doel van de regionale opleidingsprogramma's van bonden is dat de talenten uiteindelijk zullen instromen in de landelijke senioren-1 en senioren topsportprogramma's van de sportbonden. Om deze reden wordt ook wel gesproken van instroomprogramma's. <https://www.nocnsf.nl/cms/showpage.aspx?id=3817#>

Behalve waterpolo trainingen volg je extra lessen en workshops.

Workshops als lifeskill, voeding, krachttraining en mentale training zijn een belangrijk onderdeel van je opleiding tot topsporter. De ouders van de toekomstige topsporter worden ook betrokken bij een aantal workshops, zoals de workshop sportouder en sportvoeding.

Trainen bij een RTC is niet kosteloos. Informeer bij de RTC wat de kosten voor deelname zijn.

Omdat de trainingen in de ochtend uren zijn, train je 's avonds altijd bij je eigen vereniging. Door deze samenwerking met de verenigingen volg je een waterpolo training programma dat vergelijkbaar is met de beste internationale training programma's.

| Leeftijd per 1-9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | |
|------------------|------------|-----|---------|---------------------|---------|---------|-----------|-----|-----|-----|-----|
| School | G 6 | G 7 | G 8 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| | CITO toets | | | Onderbouw - Profiel | | | Bovenbouw | | | | |
| Programma | E 1 | E 2 | D 1 | D 2 | C 1 | C 2 | B 1 | B 2 | A 1 | A 1 | |
| NOCNSF Status | | | belofte | Belofte | Belofte | Belofte | Belofte | NT | NT | IT | |
| WPA | | | | | | | 👁️ | 1 | 2 | 🚦 3 | 4 |
| RTC | | | 0 🚦 | 1 | 2 🚦 | 3 | 4 | 5 | | | |
| RWPS | v | v | v | v | | | | | | | |
| Nationale teams | | | 👁️ | 👁️ | 👁️ | O15 | O17 | O17 | O19 | O19 | O21 |
| | | | | | 👁️ | O16 | O18 | O18 | O20 | O20 | |

Zie de ander kant van de folder voor de steden in Nederland waar je een RTC kan vinden.

Waar vind je een waterpolo RTC in Nederland?



RTC Groningen
Trainer: Sven Spijkerman
rtcwaterpolo@knzbnord.nl



RTC Noord Holland
(Zaandam)
Trainer: Ivar van den Dobbelsteen
nh.rtc@hotmail.com



RTC Zwolle
Centre for Sports & education
Trainer: Zeno Reuten
<https://www.cse-zwolle.nl/sporten/waterpolo>
info@cse-zwolle.nl



RTC Zuid Holland Noord
(Leiden)
Trainer: Jacob Spijker
RTCLeiden@gmail.com



RTC Den Haag
Trainer: Eric Noordegraaf
woc@xs4all.nl



RTC- RWPS Midden
rwpsmidden@gmail.com



RTC (Eindhoven)
Trainers Ronald Lindhout,
Sebastiaan Brands
woczuid@zwembond.nl



RTC Hollandse Delta
(Dordrecht)
Trainer: Branko Mitrovic
erik@rtc-hd.nl



Alle RTC organisaties hebben goede afspraken met topsporttalentscholen of sport vriendelijke scholen.
Je sport carrière en je school carrière gaan door deze samenwerking prima samen.

Stuur de RTC in jouw omgeving een bericht of voor meer algemene informatie kan je contact opnemen met KNZB :
edwin.hoogerwerf@knzb.nl