

Ontwikkelde rolstoeltennisvaardigheden	10 jaar	12 jaar	14 jaar	16 jaar	Laatbloei 16+
Doel	Selectie Cruyf Foundation/ Selectie Talent Training Rolstoeltennis	ITF Junior Talent statuut	ITF Junior/ WTC Junior Talent statuut	ITF (Junior) / WTC Belofte statuut	ITF Ranking/ WTC Elite statuut
Basislijnvaardigheden	Basisgeraamte FH minimaal aanwezig - <i>Kenmerken van de FH:</i> 1) correcte greep 2) ontspannen slingerbeweging naar de bal	FH gecontroleerd kunnen uitvoeren - <i>Kenmerken van de FH:</i> 1) correcte greep 2) ontspannen slingerbeweging naar de bal	FH gecontroleerd kunnen uitvoeren - <i>Kenmerken van de FH:</i> 1) correcte greep 2) ontspannen en ritmische voorbereiding 3) ontspannen slingerbeweging naar de bal 4) controle over stoel tijdens ganse beweging 5) aanpassen op het ritme van de bal	FH gecontroleerd kunnen uitvoeren - <i>Kenmerken van de FH:</i> 1) correcte greep 2) ontspannen en ritmische voorbereiding 3) ontspannen slingerbeweging naar de bal 4) controle over stoel tijdens ganse beweging 5) aanpassen op het ritme van de bal	FH gecontroleerd kunnen uitvoeren - <i>Kenmerken van de FH:</i> 1) correcte greep 2) ontspannen en ritmische voorbereiding 3) ontspannen slingerbeweging naar de bal 4) controle over stoel tijdens ganse beweging 5) aanpassen op het ritme van de bal
	Basisgeraamte BH minimaal aanwezig - <i>Kenmerken van de BH:</i> 1) correcte greep 2) ontspannen slingerbeweging naar de bal 3) Reverse BH	BH gecontroleerd kunnen uitvoeren - <i>Kenmerken van de BH:</i> 1) correcte greep 2) ontspannen slingerbeweging naar de bal 3) BH reverse 4) BH slice	BH gecontroleerd kunnen uitvoeren - <i>Kenmerken van de BH:</i> 1) correcte greep 2) ontspannen en ritmische voorbereiding 3) ontspannen slingerbeweging naar de bal 4) controle over stoel tijdens ganse beweging 5) aanpassen op het ritme van de bal	BH gecontroleerd kunnen uitvoeren - <i>Kenmerken van de BH:</i> 1) correcte greep 2) ontspannen en ritmische voorbereiding 3) ontspannen slingerbeweging naar de bal 4) controle over stoel tijdens ganse beweging 5) aanpassen op het ritme van de bal	BH gecontroleerd kunnen uitvoeren - <i>Kenmerken van de BH:</i> 1) correcte greep 2) ontspannen en ritmische voorbereiding 3) ontspannen slingerbeweging naar de bal 4) controle over stoel tijdens ganse beweging 5) aanpassen op het ritme van de bal
Racketvaardigheden	nvt	Basisslagen met vastheid en gecontroleerde plaatsing kunnen uitvoeren BH / FH langs de lijn gecontroleerd kunnen uitvoeren! Recuperatieslagen bij wijde ballen / hoog op botsende ballen = oplossingen Zuiver contactpunt (hoofdactie) in nulsituatie Kunnen spelen van effecten in basisslagen (topspin en slice)	Basisslagen met vastheid, verschillende richtingen (ruimtedruk creëren) en snelheid kunnen uitvoeren Zuiver contactpunt (hoofdactie) in nulsituatie Spelen van effecten leidt tot het gewenste baltraject (topspin en slice)	Basisslagen met vastheid, verschillende richtingen (ruimtedruk creëren) en snelheid kunnen uitvoeren Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder tijdsdruk Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder ruimtedruk Zuiver contactpunt (hoofdactie) in nulsituatie Spelen van effecten leidt tot het gewenste baltraject (topspin en slice)	Basisslagen met vastheid, verschillende richtingen (ruimtedruk creëren) en snelheid kunnen uitvoeren Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder tijdsdruk Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder ruimtedruk Zuiver contactpunt (hoofdactie) in nulsituatie Spelen van effecten leidt tot het gewenste baltraject (topspin en slice)
Starten van het punt	Opslag met vastheid en gecontroleerde plaatsing kunnen uitvoeren + snel herstel na opslag	Opslag gecontroleerd kunnen uitvoeren - <i>Kenmerken van de Opslag</i> 1) greep: verlengde hamergreep/ pronatie hoeft nog niet aanwezig te zijn maar wel in proces 2) slag uitvoeren in balans - stoel gedurende ganse beweging onder controle 3) ritmische armbeweging (slag- en werparm)	Opslag gecontroleerd kunnen uitvoeren - <i>Kenmerken van de Opslag</i> 1) greep: verlengde hamergreep met pronatie van de voorarm 2) slag uitvoeren in balans - stoel gedurende ganse beweging onder controle 3) ritmische armbeweging (slag- en werparm) 4) Rotatie in stoel van weggedraaid naar licht frontaal in contactpunt	Opslag gecontroleerd kunnen uitvoeren - <i>Kenmerken van de Opslag</i> 1) greep: verlengde hamergreep met pronatie van de voorarm 2) slag uitvoeren in balans - stoel gedurende ganse beweging onder controle 3) ritmische armbeweging (slag- en werparm) 4) Rotatie in stoel van weggedraaid naar licht frontaal in contactpunt	Opslag gecontroleerd kunnen uitvoeren - <i>Kenmerken van de Opslag</i> 1) greep: verlengde hamergreep met pronatie van de voorarm 2) slag uitvoeren in balans - stoel gedurende ganse beweging onder controle 3) ritmische armbeweging (slag- en werparm) 4) Rotatie in stoel van weggedraaid naar licht frontaal in contactpunt
	Opslag 1 met vastheid, plaatsing en snelheid kunnen uitvoeren + snel herstel na opslag ivf bal 3	Opslag 1 met vastheid, plaatsing en snelheid kunnen uitvoeren + snel herstel na opslag ivf bal 3	Opslag 1 met vastheid, plaatsing en snelheid kunnen uitvoeren + snel herstel na opslag ivf bal 3	Als gevolg van combinatie O1- snel herstel- sterke bal 3 voordeelsituatie bereiken -kenmerken van de opslag: O1 met vastheid, plaatsing en snelheid kunnen uitvoeren Minimum een O-situatie bereiken met combinatie O2- snel herstel-bal 3- Kenmerken van de opslag: alle richtingen met bijhorende effecten en snelheden kunnen serveren Sterke opslag van de tegenstander kunnen neutraliseren met de terugslag 1 en bal 4-Kenmerken van de terugslag: aanpassing van de grootte van de voorbereiding Initiatief nemen met de terugslag op opslag 2: startpositie aanpassen op basis van de kwaliteit van de opslag en spelen met drukvolle plaatsing/snelheid	Als gevolg van combinatie O1- snel herstel- sterke bal 3 voordeelsituatie bereiken -kenmerken van de opslag: O1 met vastheid, plaatsing en snelheid kunnen uitvoeren Minimum een O-situatie bereiken met combinatie O2- snel herstel-bal 3- Kenmerken van de opslag: alle richtingen met bijhorende effecten en snelheden kunnen serveren Sterke opslag van de tegenstander kunnen neutraliseren met de terugslag 1 en bal 4-Kenmerken van de terugslag: aanpassing van de grootte van de voorbereiding Initiatief nemen met de terugslag op opslag 2: startpositie aanpassen op basis van de kwaliteit van de opslag en spelen met drukvolle plaatsing/snelheid
	FH en BH kort cross	Opslag 2 met vastheid, effect en diepe plaatsing kunnen uitvoeren + snel herstel na opslag ivf bal 3	Opslag 2 met vastheid, effect en diepe plaatsing kunnen uitvoeren + snel herstel na opslag ivf bal 3	Opslag 2 met vastheid, effect en diepe plaatsing kunnen uitvoeren + snel herstel na opslag ivf bal 3	Opslag 2 met vastheid, effect en diepe plaatsing kunnen uitvoeren + snel herstel na opslag ivf bal 3
	Initiatief nemen met de terugslag op opslag 2: startpositie aanpassen op basis van de kwaliteit van de opslag, energieke aandachtshouding leiden tot een drukvolle bal Het ontwikkelen van een wapen!	Initiatief nemen met de terugslag op opslag 2: startpositie aanpassen op basis van de kwaliteit van de opslag, energieke aandachtshouding leiden tot een drukvolle bal	Initiatief nemen met de terugslag op opslag 2: startpositie aanpassen op basis van de kwaliteit van de opslag, energieke aandachtshouding leiden tot een drukvolle bal	Initiatief nemen met de terugslag op opslag 2: startpositie aanpassen op basis van de kwaliteit van de opslag, energieke aandachtshouding leiden tot een drukvolle bal	Initiatief nemen met de terugslag op opslag 2: startpositie aanpassen op basis van de kwaliteit van de opslag, energieke aandachtshouding leiden tot een drukvolle bal
Mobiliteit	Algemene mobiliteit - grote beweeglijkheid Technische mobiliteit - 8-vormig rolpatroon tijdens basisslagen Vloeiend verplaatsen en herplaatsen naar de hub Negatieve en positieve draai aanleren Terugslag - techniek van inrijden	Vertrekken van een actieve houding in de stoel en energieke eerste push Kunnen toepassen van 8-vormig rolpatroon tijdens basisslagen Vloeiend verplaatsen en herplaatsen naar de hub Vloeiend kunnen toepassen van de positieve en negatieve draai en herplaatsen naar de hub	Vertrekken van een actieve houding in de stoel en energieke eerste push Kunnen toepassen van 8-vormig rolpatroon tijdens basisslagen en aangepast aan aankomende bal Vloeiend verplaatsen en herplaatsen naar de hub in functie van gespeelde bal	Vertrekken van een actieve houding in de stoel en energieke eerste push Kunnen toepassen van 8-vormig rolpatroon tijdens basisslagen en aangepast aan aankomende bal Rolpatroon aanpassen aan aankomende bal in functie van voorwaartse transfer in de bal Vloeiend verplaatsen en herplaatsen naar de hub in functie van gespeelde bal	Vertrekken van een actieve houding in de stoel en energieke eerste push Kunnen toepassen van 8-vormig rolpatroon tijdens basisslagen en aangepast aan aankomende bal Rolpatroon aanpassen aan aankomende bal in functie van voorwaartse transfer in de bal Vloeiend verplaatsen en herplaatsen naar de speelbasis in functie van gespeelde bal
Mentaal	Motivatie: spelplezier duidelijk aanwezig Attitude 1) Ik geef mijzelf 3 jaar om te verbeteren 2) Ik speel (competitie) om ervaring op te doen 3) Speelplezier is prioriteit	Motivatie: spelplezier duidelijk aanwezig Competitieve ingesteldheid Attitude 1) Ik geef mij zelf 2 jaar om te verbeteren 2) Ik speel (competitie) om ervaring op te doen 3) Speelplezier is prioriteit 4) Ik ga geen enkele uitdaging uit de weg*	Motivatie: spelplezier duidelijk aanwezig Competitieve ingesteldheid Trainbaarheid Spelintelligentie	Motivatie: spelplezier duidelijk aanwezig Competitieve ingesteldheid Trainbaarheid Spelintelligentie	Motivatie: spelplezier duidelijk aanwezig Competitieve ingesteldheid Trainbaarheid Spelintelligentie
		* dit in functie van wedstrijden tegen oudere spelers / volwassenen			