**Bij Handbalschool Limburg ga jij op weg naar je top!**

Is handbal jouw passie? Wil je graag extra trainen? Wil je groeien als handballer? Wil je weten waar jouw top ligt? Dan is Handbalschool Limburg iets voor jou!

In onze instroomgroepen U12, U14 en U16 is elke jeugdspeler die lid is van een vereniging welkom. Dus wil je veel handballen, word dan lid van Handbalschool Limburg. Onze trainers staan voor je klaar!

Vanuit de basisprogramma’s kun je geselecteerd worden voor onze talentprogramma’s NHV Toplijn U14/16 en TalentPLUS U19 bij Handbalschool Limburg. Dan wordt jouw programma intensief en afgestemd met je vereniging en met school.

Zo kun je je bij Handbalschool Limburg van 10 tot 19 jaar ontwikkelen. Uiteraard met als doel om daarna in een topteam te gaan spelen!

**Praktische Informatie Handbalschool Limburg**

**Instroomprogramma’s voor jeugdspelers**

Er zijn basisprogramma’s in U12, U14 en U16 in Noord-, Midden- en Zuid-Limburg voor jongens en meisjes. Deze bestaan uit 38 weken individuele technische en fysieke training onder leiding van gerenommeerde handbaltrainers.

*Voor keepers is er een apart maatwerkprogramma!*

Actuele info over trainingsgroepen, trainingstijden en locaties in seizoen 2024-2025 vind je via <https://www.handbalschool-limburg.nl/voor-spelers/>

Er wordt het hele seizoen getraind met uitzondering van vakanties en feestdagen.

Aanmelden is mogelijk via de link, die bij het betreffende programma staat.   
  
**NHV TOPlijn Limburg**

Meisjes en jongens U14/U16 met ambitie kunnen door onze trainers uitgenodigd worden voor NHV Toplijn Limburg. Dit is een intensief programma, dat voldoet aan de leerlijnen en het MJOP van NHV en NOC\*NSF. Bij de Toplijn train je wekelijks met de beste spelers van Limburg en kun je voorgedragen worden voor de nationale scoutingsdagen op Papendal. Er wordt niet alleen technisch en fysiek meer getraind, maar ook prestatiegedrag, aandacht voor voeding en mentaal wordt ontwikkeld. Info NHV Toplijn Limburg:<https://www.handbalschool-limburg.nl/topprogrammas/NHV-toplijn/>

**TalentPLUS programma Limburg**

Ben jij een Limburgs toptalent U19? Dan wil je over enkele jaren schitteren in één van de Limburgse topteams, Team NL of internationaal! Als je geselecteerd bent voor TalentPLU blijf je lid van Handbalschool Limburg. Je volgt dan gedurende 36 weken 2 performance trainingen van hoog niveau onder leiding van professionele performance trainers. De technische trainingen volg je bij je club.

Dit programma wordt mogelijk gemaakt door Platform Limburg Handbal in samenwerking met de Limburgse verenigingen.

Info over het TalentPLUS programma vind je hier:

<https://www.handbalschool-limburg.nl/topprogrammas/talent-1/>

**Tarieven Handbalschool Limburg – seizoen 2024-2025**

*Voor seizoen 2024-2025 heeft er een verhoging van de contributie plaatsgevonden. Mochten hierdoor problemen ontstaan dan kan men contact opnemen met Platform Limburg Handbal 2.0* [info@limburghandbal.nl](mailto:info@limburghandbal.nl)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Programma** | **Tarief seizoen 2024-2025** | **Incasso november 2024** | **Incasso maart 2025** |
| U12 Basis | **115 euro** | 115 euro |  |
|  |  |  |  |
| U14/U16 Basis | **250 euro** | 125euro | 125 euro |
|  |  |  |  |
| U14/U16 Toplijn | **300 euro** | 150 euro | 150 euro |
|  |  |  |  |
| U19 TalentPLUS | **250 euro** | 125 euro | 125 euro |

**Trainerspool jeugdtrainers van handbalverenigingen voor bijscholing**

Door Handbalschool Limburg worden in samenwerking de topclubs bijscholingen voor clubtrainers georganiseerd, met als doel om de spelvisie en trainingsmethoden bij de verenigingen te versterken. Ook wordt met NHV Opleidingen samengewerkt in de HT2 praktijkopleiding.

Jeugdtrainers kunnen zich aanmelden voor de trainerspool via:

<https://www.handbalschool-limburg.nl/voor-trainers/trainers-pool-Limburg/>

Uitnodiging voor train-de-trainer bijeenkomsten volgen dan rechtstreeks via mail.

**Contact opnemen met Handbalschool Limburg**

Onze coördinatoren Lino Janssen en Annelie Thijssen zijn beschikbaar voor het verstrekken van informatie en advies.

Heb je vragen?

Stuur dan een mail met je gegevens naar [info@handbalschool-limburg.nl](mailto:info@handbalschool-limburg.nl) en we nemen zo spoedig mogelijk contact met je op.

**Hier kun je het nieuws van Handbalschool Limburg volgen:**

Website [www.handbalschool-limburg.nl](http://www.handbalschool-limburg.nl)

Facebook [www.facebook.com/HandbalschoolLimburg](http://www.facebook.com/HandbalschoolLimburg)

Instagram [@hbslimburg](http://www.facebook.com/HandbalschoolLimburg)

**Voor het volledige programma van Handbalschool Limburg – seizoen 2024-2025 zie onderstaand in bijlage 1**

**BIJLAGE 1 Programma’s Handbalschool Limburg – seizoen 2024-2025**

Er wordt getraind volgens onderstaande schema’s (m.u.v. vakantie en feestdagen)

**Handbalschool Limburg U12 – baltrainingen**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Maandag | U12 gemengd | 16.15 – 17:45 | Sporthal Trevianum / Kleesj | Locatie Zuid |
| Woensdag | U12 gemengd | 14.45 – 16.15 | Sporthal Rijnbeek Venlo | Locatie Noord |
| Maandag | U12 gemengd | 15.30 - 17.00 | Sporthal de Bengele Nederweert | Locatie Midden |
| Zaterdag | U12 gemengd | 09.00 – 10.30 | Sporthal De Heuf Panningen | Locatie Noord |

**Basisprogramma Handbalschool Limburg U14/U16 - baltrainingen**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Maandag | U14/U16 heren/dames | 15.30 – 17.30 | Sporthal De Bengele (Nederweert) | Locatie Midden |
| Maandag | U14/U16 heren | 15.30 – 17.30 | Sporthal Ruben Kogeldans (College den Hulster) | Locatie  Noord |
| Dinsdag | U14/U16 dames | 15.30 – 17.30 | Sporthal Ruben Kogeldans (College den Hulster) | Locatie  Noord |
| Zaterdag | U14/U16 heren | 08.00 – 10.00 | Sporthal Kleesj Sittard (Trevianum) | Locatie  Zuid |
| Dinsdag | U14  dames | 16.30 – 18.00 | Sporthal Kleesj Sittard (Trevianum) | Locatie  Zuid |
| Dinsdag | U16  dames | 16.30 – 18.00 | Sporthal Havikstraat Sittard (Trevianum) | Locatie  Zuid |

**Basisprogramma Handbalschool Limburg U14/U16 - fysieke trainingen**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Maandag | U14/U16 heren/dames | 15.30 – 17.30 | Sporthal De Bengele (Nederweertt) | Locatie Midden |
| Maandag | U14/U16heren | 15.30 – 17.30 | Ruben Kogeldans Sporthal (College den Hulster) | Locatie Noord |
| Dinsdag | U14/U16 dames | 15.30 – 17.30 | Ruben Kogeldans Sporthal (College den Hulster) | Locatie Noord |
| Zaterdag | U14/U16 heren | 08.00 – 10.00 | Sporthal Kleesj Sittard (Trevianum) | Locatie Zuid |
| Maandag | U14 dames | 15.30 – 17.00 | Medisport Geleen | Locatie Zuid |
| Maandag | U16 dames | 16.30 – 18.00 | Medisport Geleen | Locatie Zuid |

**Basisprogramma Handbalschool Limburg U14/U16 - keeperstraining**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Maandag | U14/U16 dames/heren | 15.30 – 17.30 | Sporthal De Bengele (Nederweert) | Locatie Midden |
| Maandag | U14/U16 heren | 15.30 – 17.30 | Sporthal Ruben Kogeldans (College den Hulster) | Locatie Noord |
| Dinsdag | U14/U16 dames | 15.30 – 17.30 | Sporthal Ruben Kogeldans (College den Hulster) | Locatie Noord |
| Zaterdag | Alle groepen | 08:30-10:00 | Sporthal Havikstraat Sittard (Trevianum) | Locatie Zuid |

De technische trainingen worden gegeven door ervaren en gedreven trainers. Voor de fysieke training is een fysiek trainer aangesteld. Tevens is er voor de keepers een keeperstrainer aanwezig.

**NHV Toplijn – Handbalschool Limburg**

Leden van Handbalschool Limburg komen in aanmerking voor deelname aan het talentenprogramma NHV Toplijn Limburg en voor scoutingsdagen van het NHV.

Leden van de NHV Toplijn trainen 6 x per week waarvan de centrale techniek training en twee fysieke training vast onderdeel zijn.

**Trainingstijden en locatie NHV Toplijn Handbalschool Limburg U14/U16**

**TECHNIEK**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Donderdag  Centraal | U14 /U16 heren | 15.00 – 17.00  16.30 – 18.30 | Even weken Venlo  Oneven weken Sittard | Locatie College den Hulster  Locatie Fletcher Hotel |
| Donderdag  Centraal | U14 /U16 dames | 16.30 - 18.30  15.00 - 17.00 | Even weken Sittard  Oneven weken Venlo | Locatie Fletcher Hotel  Locatie College den Hulster |
| Regio training\*  Noord  /Midden  Zuid | U14/U16 | *\*Afgelopen seizoen was de regiotraining een vast onderdeel van het Toplijn programma. Vanaf het komend seizoen is een regiotraining op meerdere manieren in te vullen:*  *1. Regiotraining bij de Handbalschool*  *2. Extra verenigingstraining*  *3. Talentstraining NHV*  *Wil men hiervan afwijken dan dient men in overleg te gaan met de RTM manager Gerrit Stavast. Hij zal dan aangeven of het afwijkend trainingsschema acceptabel is voor het NHV.* | | |

**FYSIEK**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Dinsdag  Regio Midden | U14 /16 heren/dames | 07.30 – 08.45 | Wekelijks | Locatie Weert: Philip van Horne |
| Donderdag  Regio Midden | U14 /16 heren/dames | 07.30 – 08.45 | Wekelijks | Locatie Weert: Philip van Horne |
| Maandag  Regio Noord | U14 /16 heren/dames | 07.30 – 08.45 | Wekelijks | Locatie Venlo: Performance Centre Venlo |
| Donderdag  Regio Noord | U14 /16  heren/dames | 07.30 – 08.45 | Wekelijks | Locatie Venlo: Performance Centre Venlo |
| Dinsdag  Regio Zuid | U14 /16 heren/dames | 08.00 – 09.30 | Wekelijks | Locatie Sittard: Stability Performance Geleen |
| Donderdag  Regio Zuid | U14 /16 heren/dames | 08.00 – 09.30 | Wekelijks | Locatie Sittard: Stability Performance Geleen |

**Volg ook de social media van Handbalschool Limburg!**

Facebook [*https://www.facebook.com/HandbalschoolLimburg*](https://www.facebook.com/HandbalschoolLimburg)

Instagram @hbslimburg

**Aanmelden is mogelijk vanaf 1 juli 2024 via** [**www.handbalschool-limburg.nl**](http://www.handbalschool-limburg.nl)