



## Jaarplan 2024

Nederlandse Gewichthef Bond  
Opgesteld namens het bestuur door  
Eric Jan Kwekkeboom  
Voorzitter NGB



## Voorwoord

Door verschillende oorzaken zijn de plannen voor 2023 niet volledig tot uitwerking gekomen. Het absorberen van menskracht en middelen door ongeplande activiteiten, waaronder rechtszaken, en onverwachte negatieve ontwikkelingen met NOC\*NSF waren daar grotendeels de oorzaak van..

Uiteindelijk is de NGB, na unaniem besluit op de NOC\*NSF ALV, per 1 januari 2021 een volwaardig lid van NOC\*NSF.

Hiermee wordt een hoog verwachtingspatroon van de professionalisering van de bestuurlijke organisatie en haar gewichthefsport in Nederland geschetst.

Het moet een belangrijke drijfveer zijn om de prestaties op internationaal niveau te brengen, met name een aansluiting bij de top 10 in Europees verband.

De ambities voor 2024 zijn onverminderd gericht op het continu verbeteren van het imago van de Nederlandse gewichthefsport en er een bredere bekendheid aan te geven. Het groots opgezette Nationaal Kampioenschap Senioren in het Topsportcentrum Almere zijn hiervoor inmiddels de referentie.

De NGB richt zich niet alleen op de groeiende groep NGB wedstrijdporters, maar ook op de 2,6 miljoen sporters die dagelijks met veel plezier krachttrainen en fitnessen, waarvan een flinke 400 duizend sporters het halteren beoefenen. Bij sportscholen en fitnesscentra wordt het gebruik van het gewichthefttrainingen steeds meer geïntegreerd. De NGB blijft mogelijkheden onderzoeken om deze sporters aan de NGB te binden.

Om de ambities te bereiken gaat de NGB nauwer samenwerken met verenigingen en sportscholen in het land. Producten en diensten worden ontwikkeld die een meerwaarde bieden voor hun leden en overige krachtporters. Hiervoor kunnen we allianties aangaan met organisaties uit de sport, de overheid, het bedrijfsleven en het onderwijs.

## Missie

De NGB is toonaangevend in de ontwikkeling van de gewichtheftsport, de ontwikkeling van kennis op het gebied van krachttraining en het inzetten van krachttraining als maatschappelijk instrument.

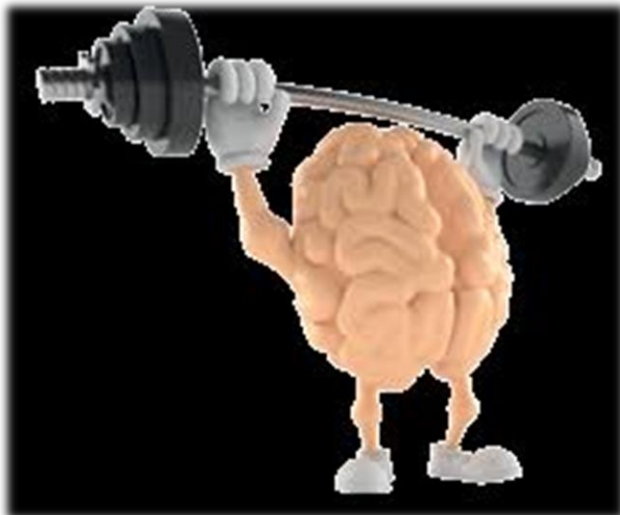
Het CREDO van de NGB is onverminderd: Het waarborgen van een veilige, competitieve, eerlijke en betekenisvolle gewichtheftsport in Nederland, met een internationale professionele uitstraling.

Voor onze wedstrijd- en topsport is de huidige Olympische cyclus tot en met 2024 het strategische doel. Het Olympische Gewichtheffen heeft een Olympische status en de NGB is een rechtstreeks lid van NOC\*NSF, IWF en EWF. Deelname van specifiek geselecteerde atleten aan de noodzakelijke kwalificatie wedstrijden voor OS Parijs 2024 zal geprogrammeerd staan. Het is de ambitie om per wedstrijd een selectie uit NGB (sub) top atleten in teamverband aan het Nationaal Team toe te voegen. De verwachting is dat de NGB gedurende deze verkorte OS cyclus medaille kandidaten aflevert op verschillende wedstrijden.

In het kader van een leven lang sporten bouwen wij mee aan de infrastructuur, waarin het Olympische Gewichtheffen een belangrijke plaats inneemt. Onder andere door investering in vrijwillig technisch en bestuurlijk kader, welke de bij de NGB aangesloten verenigingen en clubs zullen ondersteunen en helpen te ontwikkelen. Dat kan onder meer gebeuren door een passend sportaanbod te organiseren en de aangesloten ondernemingen en verenigingen te versterken. Door sterke samenwerking tussen de verschillende commissies binnen de NGB wordt gezorgd dat een evenwichtige verdeling tussen- en afstemming met topsport, wedstrijd sport en breedtesport plaats kan vinden. Een “meer sporen” beleid!

De NGB wil, in samenwerking met andere partijen, de jeugd bekender maken met de vele vormen van gewichthefttrainingen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan “Weightlifting for Sports” en “New Strong Kids”. Enerzijds om een bijdrage te leveren aan het tegengaan van bewegingsarmoede en overgewicht onder jongeren, anderzijds om via een bredere basis meer talenten te rekruteren.

**De NGB staat voor “de kracht van sport”!!**



## Ambitie: Ontwikkeling van breedtesport en topsport

Zonder breedte geen verdieping. Uiteindelijk is maximaal 5% van de NGB leden betrokken bij internationale topsport. De grote meerderheid valt dus automatisch in de categorie breedtesport. Het is de ambitie van de NGB om als gevestigde orde de gewichthesport in recreatief verband en als wedstrijdsport in Nederland te laten verbreden. Daarmee worden deze unieke training principes ook door “niet gewichtheft atleten” omarmd en toegepast. Uiteindelijk zullen daar meer talenten uit gedestilleerd worden en dat bevordert op zijn beurt de kwaliteit van de topsport.

Voor de ontwikkeling van topsport heeft de NGB drie nationale teams samengesteld met elk de eigen doelstellingen:

- NGB Beloften Team  
(lange termijn doel , in ca 4 tot 8 jaar, talentvolle jeugd op te leiden met als doel aansluiting op topsportniveau)
- NGB Talent Team  
(korte termijn doel, binnen twee jaar, met talenten binnen de NGB maar ook buiten de NGB de aansluiting met Europese internationale top in het gewichtheffen bereiken)
- NGB TeamNL  
(een doorgroei naar een officiële topsport status binnen NOC\*NSF en/of ondersteund zijn met een NOC\*NSF High Performance maatwerkbudget).

### Doelen

- Samenwerkingsverbanden
- Marketing en Commercialisering
- Ontwikkeling breedtesport
- Ontwikkeling topsport
- Toegevoegde waarde voor de leden en potentiële leden



## Resultaten

- Om de leden en het bredere publiek te bereiken zet de NGB ook in op social media. Verder maakt de NGB website zichtbaar wat wij te bieden hebben en welke activiteiten er plaatsvinden. Daarnaast wordt een NGB app ontwikkeld, zodat de leden directer betrokken raken bij alle NGB activiteiten. De NGB kaderopleidingen Gewichthefttrainer worden uitgebreid en aantrekkelijker gemaakt, waarbij het commercieel belang van aangesloten Clubs en Verenigingen ook een sleutelrol speelt. Sponsors zullen worden aangetrokken waarbij wordt gestreefd naar financiële onafhankelijkheid van de Nederlandse loterijgelden en lidmaatschapsinkomsten.
- Er is een toenemende interesse voor krachttraining waarbij oefeningen en trainingsmethoden uit het Olympische gewichtheffen gebruikt worden: "Weightlifting for sports". De NGB wil hierop aansluiten door in te spelen op het Nationaal Sport akkoord en breed motorisch onderwijs en daarin de aandacht voor de gewichtheftsport te benadrukken.
- Om een breder publiek te bereiken wordt hierbij ook samengewerkt met grote gemengde evenementen, te denken valt aan de SBD CUP, een Functional Fitness Grand Prix, Show Downs etc. etc..
- De NGB voorziet dat er een grote groep mensen potentieel aansluiting zullen vinden. We moeten voor deze doelgroep een meerwaarde creëren. Duidelijke dienstverlening ontwikkelen voor leden- en niet leden, zodat het voor sporters en sportclubs duidelijker wordt wat het voordeel is om zich bij de NGB aan te sluiten.
- Ontwikkelen van vernieuwende lidmaatschapsmodellen.

## Prestatie indicatoren

- Groei in aantal recreatieve lidmaatschappen
- Toename in NGB kader opleidingen
- Groei in NGB / IWF licenties Trainers / Coaches
- Deelname in lokale demonstratie activiteiten, zoals show downs
- Groeiend leden aantal

## Randvoorwaarden

- Beschikbare kennis over inzet social media en IT
- Voldoende slagkracht en vrijwilligers vergoedingen
- Zelfstandig opererende Commissies
- Beschikbare kennis en kunde opbouwen en in stand houden bij het begeleidend kader

## Ambitie: Optimaliseren interne organisatie

Voor de verdere professionalisering van de NGB is organisatorische slagkracht een kritische succesfactor. Back office processen zoals de leden- en financiële administratie worden nog verder geautomatiseerd. De NOC\*NSF basisvoet zal ruimer ingezet kunnen worden in vergelijking met andere kleine sportbonden die lid zijn bij NOC\*NSF. De NGB heeft nog geen Bondsbureau en geen FTE, maar bouwt vrijwel volledig op onbezoldigde vrijwilligers.

Naast het bestuur en Instituut Sport Rechtspraak heeft de NGB in 2024 verschillende interne commissies:

Commissie Topsportzaken  
 Commissie Wedstrijdsportzaken  
 Commissie Breedtesportzaken  
 Commissie Scheidsrechterszaken  
 Commissie Medische zaken  
 Commissie Rechtstreekse Leden  
 Atleten Commissie

### Doelen

- Verbeterde bi directionele communicatie tussen de leden, commissies en het bestuur
- Het blijven voldoen aan de vernieuwde Code Goed Sportbestuur
- Bundelen van specifieke kenniszaken in commissies en het creëren van een meer efficiënte uitvoer organisatie
- Transparante handhaving en uitvoer van het beleid
- Ondersteunen van NOC\*NSF "Transitie in de sport" met model 3.0

### Prestatie indicatoren

- Meer autonome uitvoer organisatie
- Actie en besluitenplan voor bestuur en alle commissies
- Enquêtes waardoor we beter in kunnen spelen op wensen leden
- Continu verbeterplan

### Randvoorwaarden

- Heldere rollen, taken en verantwoordelijkheden
- Invulling vacatures
- "Virtueel" Bondsbureau inrichten
- NOC\*NSF in de rol van "supportive caregiver"

# Ambitie: Toonaangevend in de gewichthefsport

De NGB heeft de ambitie om de gewichthefsport in Nederland te professionaliseren en uit te laten groeien in de breedte. Niet alleen bieden de trainingsmethoden uit het gewichtheffen veel voordelen, deze trainingsmethoden in het bijzonder hebben door hun veelzijdige inzet ten aanzien van de gezondheid veel kenmerken die uniek zijn ten opzichte van andere sporten en kunnen daardoor een goede bijdrage leveren aan de sportparticipatie. Kwaliteit is daarvoor een belangrijke randvoorwaarde.

## Doelen

- Het moderniseren van kaderopleidingen voor gewichthefftrainer niveau 1, 2, 3 en 4 (topsportmodule)
- Het uitbouwen van kader - en scheidsrechters opleidingen
- Deelname internationale official – en coaching seminars
- Participeren in internationale commissie en besturen
- Organiseren van en deelnemen in evenementen gericht op kennis en kwaliteit krachtsport
- Regionale opleidingscentra met Talent Coaches
- Workshops gewichtheffen met bondscertificaat
- Talent herkenning van jeugd

## Prestatie indicatoren

- Aantal deelnemers opleidingen
- Register van gecertificeerde trainers
- Beschikbaarheid talent programma
- Communicatie strategie dopinggebruik
- Vertegenwoordiging in internationale federaties

## Randvoorwaarden

- Allianties met andere (kracht)sporten
- Vernieuwende staf Topsportzaken (Bondscoaches en Talent Coaches)
- Heldere rollen, taken en verantwoordelijkheden
- Capabele personen voor (internationaal) besturen en commissies

# Ambitie: Naar de wereldtop

De NGB heeft talenten in een vroeg stadium in het vizier en biedt vanaf jonge leeftijd een kwalitatief programma aan. Dit resulteert binnen vier tot acht jaar blijvend in prestaties op wereldniveau. Gezien het feit dat het gewichtheffen in de meeste landen als profsport wordt beoefend en 198 landen bij de IWF zijn aangesloten zal dat voor onze atleten, die hun sport praktisch zonder ondersteuning beoefenen, een ongekend goede prestatie zijn.

De NGB zal met de commissie Topsportzaken zwaar inzetten op het optimaliseren van “high performance” atleten en tegelijkertijd de prestaties van de NGB nationale teams.

## Doelen

- Deelname aan belangrijke internationale toernooien en Olympische kwalificaties
- Centrale trainingen
- Regionale trainingscentra voor ondersteuning talenten
- Optimalisering NGB gelicenseerde coaches en trainers
- Erkenning van NOC\*NSF en de internationale federaties
- Verder uitbouwen talentherkenning en ontwikkeling

## Prestatie indicatoren

- Europese top 10 prestaties
- Medailles
- Programma talentontwikkeling
- Meerjaren - opleidingsplan
- Wereldranglijst

## Randvoorwaarden

- Competente (Talent) coachstaf
- Bondscoach en Technische Staf
- In-, door- en uitstroomcriteria
- Sterke competitie
- Gedragscodes sporters en coaches