



Jaarplan 2025

November 2024

Inhoud

1.	Missie en visie	3
2.	Strategische doelstellingen	4
3.	Sportieve doelstellingen	5
4.	Organisatorische doelstellingen	6
5.	Ledenbeleid	7
6.	Evenementenkalender	8
7.	Opleiding en kadervorming	9
8.	Topsportbeleid	10
9.	Marketing en communicatie	10
10.	Samenwerkingen	12
11.	Compliance en governance	13

1. Missie en visie

Het bestuur heeft als missie het bieden van een stabiel ondersteunend platform voor een toegankelijke, positieve en veilige gewichtheffsport voor onze leden en clubs. De onderliggende visie is dat de bond initiatieven vanuit leden wil ondersteunen en clubs wil faciliteren in het verbeteren en verbreden van de gewichtheffsport.

Om met elkaar het gewichtheffen te laten groeien is het meerjarenplan opgesteld waar dit jaarplan onderdeel van is. In het jaarplan worden speerpunten besproken waar en hoe het bestuur de eerste stappen wilt zetten naar de uitbreiding en professionalisering van de sport.

2. Strategische doelstellingen

Ten eerste wordt gekeken naar strategische doelstellingen die later verder beschreven en verduidelijkt zullen worden. Voorkomende doelstellingen worden hieronder kort uitgelegd.

Atleetontwikkeling

Met atleetontwikkeling wordt bedoeld het stimuleren van zowel talentontwikkeling als prestaties op het hoogste niveau.

Groei van de sport

Het vergroten van de het aantal deelnemers aan het gewichtheffen door middel van promotie en samenwerkingen.

Inclusiviteit en diversiteit

Het doel is toegankelijk maken van de sport voor, en het betrekken van verschillende doelgroepen.

Internationale prestaties

Versterking van de Nederlandse aanwezigheid op internationale toernooien, inclusief kwalificaties voor de olympische spelen en wereldkampioenschappen.

Ondersteuning van de clubs

Verbetering van de samenwerking en ondersteuning van lokale clubs en opleidingen.

3. Sportieve doelstellingen

In het topsportbeleid zal aandacht worden geschonken aan sportieve doelstellingen. Dit houdt in:

- Prestatiegerichte doelen voor nationale teams en atleten
- Plannen voor talentontwikkeling

4. Organisatorische doelstellingen

In 2024 zal het bestuur de bestuurlijke taken en de verdeling hiervan herzien. Ook de taken van de commissies en haar leden zullen worden herzien met als doel het creëren van meer autonomie van de commissieleden. Hierin is het opstellen van het beleid een groot onderdeel. Uiteindelijk zal de focus liggen bij de uitvoeren en het handelen volgens het gemaakte beleid. Hiervoor zijn duidelijke en transparante besluitvorming nodig en het voortzetten van de goede samenwerking die de afgelopen maanden is opgebouwd met de commissies en haar leden. Om op een goede manier met elkaar te kunnen evalueren is het belangrijk dat vooraf duidelijke afspraken gemaakt zijn en iedere betrokkene weet wat zijn/haar rechten en plichten zijn. In 2025 zal blijvend geëvalueerd worden om het beleid en de uitvoering ervan aan elkaar te meten.

5. Ledenbeleid

Om het ledenaantal in 2025 weer te laten oplopen wil het bestuur van de NGB zich richten op de 3 speerpunten:

1. Het ondersteunen in de ontwikkeling van de topsporters.
2. Het wedstrijd aanbod diverser maken.

De NGB wil clubs extra ondersteunen in het organiseren van 3-sterren wedstrijden. Mede hiervoor is in 2024 het besluit genomen om de commissie wedstrijdzaken en de scheidsrechterscommissie te combineren tot één commissie: de wedstrijdorganisatie.

3. Het uitbreiden van laagdrempelige instap evenementen. Georganiseerde trainingen en wedstrijden die nu al door clubs zelf georganiseerd zijn wil de NGB en haar breedtesport commissie in 2025 gaan ondersteunen. Behalve serieuze NK kwalificatie wedstrijden moet er ook de mogelijkheid zijn laagdrempelig samen te trainen, al dan niet met wedstrijdement. Samen met clubs zal de bond de organisaties van 'lift offs', jeugdevenementen en trainingen tussen clubs stimuleren.

De NGB wil door deze weg in te slaan toekomstige leden overtuigen lid te worden om de sport die ze beoefenen vooruit te helpen.

6. Evenementenkalender

Om goed voorbereid het nieuwe gewichtheff jaar in te gaan in vooruitplannen prettig. Hier dus ook de vraag aan clubs je tijdig kenbaar te maken als je een wedstrijd wilt organiseren in 2025. Jaarlijks wil het bestuur een wedstrijdkalender delen zodat atleten de mogelijkheid hebben optimaal te werken richting een wedstrijd. De wedstrijdkalender wordt voor het begin van het jaar op de website gepubliceerd.

7. Opleiding en kadervorming

In samenwerking met de wedstrijdorganisatie het bestuur de opleiding voor scheidsrechters herzien, verder ontwikkelen en verbeteren. Hiervoor zal de subsidie welke is verkregen van NOC*NSF (toekenning verstrekte sportbonden) worden ingezet. Dit is een losse subsidie waarvoor het bestuur een aanvraag heeft gedaan en verkregen. De opleiding zal geprofessionaliseerd worden met verschillende online modules. Door deze opleiding uit te breiden en te vergemakkelijken zal het deelnemen aan de opleiding meer laagdrempelig zijn.

Voor trainer-coaches opleidingen gaat de eerste stap genomen worden in een uitgebreid onderzoek welke aspecten binnen het vak gewichthef trainer-coach nodig zijn. Hiervoor zijn ervaren coaches en opleiders welkom om cursussen aan te bieden en in overleg en met de NGB een licentie voor te ontvangen. Coaches en opleiders worden bij voorkeur gevraagd eerst de IWF Level 2 cursus gevolgd te hebben om de nationale cursussen aan te kunnen sluiten op de minimale eisen die de IWF van internationale coaches verwacht. Op de voorjaars ALV 2025 hoopt het bestuur de eerste plannen van opleiders te mogen ontvangen om in de loop van het jaar meerdere pilots te kunnen draaien en het coach niveau te kunnen meten. Een aantal belangrijke aspecten in het vak gewichtheftrainer die aan de orde kunnen komen in cursussen:

- E-learning over ethisch handelen gratis via de digitale leeromgeving van NOC*NSF: Basismodule Integriteit in de Topsport, Discriminatie, Financiële integriteit, matchfixing, pesten en seksuele intimidatie.
- E-learning modules anti-doping van de Nederlandse Doping autoriteit niveau 3,4 en 5. (2 jaar geldig).
- E-learning modules voor scheidsrechter, wat is een “good lift”, Hoe werkt een beurtbriefje, hoe verloopt een wedstrijd.
- Vak inhoudelijke bekwaamheid (alle coaches spreken dezelfde taal): Waar moet een gewichtheftrainer kennis over hebben?, hoe werkt het lichaam, wat is het belang van kwalitatief materiaal? Etc.
- Hoe leer je een beginner trekken en stoten: het methodisch aanleren van de technische oefeningen.
- Didactische vaardigheden in de praktijk: Inspireren en enthousiasmeren, omgaan met vragen en reacties, omgaan met weerstand, aansluiten bij verschillende leerstijlen.
- IWF level 1 en level 2 coaching course
- Periodisering: Micro-cyclus, Meso-cyclus, Macro-cyclus

Door de trainer-coaches opleiding uit te breiden en op te splitsen hopen we een goede variatie in opleiders aan te spreken om deel uit te maken van het opleidingsteam. Waar in 2024 3 opleiders contact gezocht hebben met het bestuur zoeken in 2025 naar meer opleiders die een ruime set skills aan kunnen bieden aan onze gewichtheftrainers in spe. Zo kan iedere opleider zich richten op zijn of haar expertise om op deze manier het beste uit de cursisten te kunnen halen. Door het opsplitsen kan de prijs per cursus ook aantrekkelijk blijven om de opleidingen voor een breder publiek aantrekkelijk te maken. Zo kunnen coaches ervoor kiezen om een losse cursus te volgen om op een specifiek onderdeel meer kennis en ervaring op te doen. En blijft ook het vak van gewichtheftrainer ook één die is weggelegd voor de gewichtheffer met de kleinere portemonnee.

8. Topsportbeleid

De Nederlandse Gewichtheff Bond (NGB) streeft ernaar om de Nederlandse gewichtheffsport naar het hoogste internationale niveau te tillen. Onze visie richt zich op twee hoofddoelen: Europese en wereldwijde erkenning. De NGB zet zich in voor de continue ontwikkeling van onze atleten, van beginnend talent tot wereldatleet. We geloven in een stapsgewijze aanpak, waarbij succes op Europees niveau de springplank vormt naar wereldwijde prestaties. Met deze visie nodigen we alle sporters en coaches uit om samen met ons te werken aan een sterke toekomst voor het Nederlandse gewichtheffen.

Europees: Het doel is om een groep van ten minste 10 atleten op te bouwen die consistent tot de top 10 behoren op Europese Kampioenschappen in alle leeftijd- en gewichtscategorieën (U15, U17, U20, U23, 15+). We streven ernaar een land te worden dat consistent potentiële medaillekandidaten levert op het Europese podium.

Wereldwijd: Op wereldniveau is ons ultieme doel om deel uit te maken van de absolute wereldtop en Nederlandse gewichtheffers uit te zenden naar de Olympische Spelen van 2028 in Los Angeles, Amerika. Om dit te bereiken, zullen Nederlandse atleten deelnemen aan wereldkampioenschappen om het niveau te bewijzen en te verbeteren.

Ondersteuning en ontwikkeling: De NGB werkt nauw samen met NOCNSF om deze topatleten optimaal te ondersteunen. Zodra een atleet het potentieel toont om tot de wereldtop-8 te behoren, komt hij/zij in aanmerking voor individuele ondersteuning van NOCNSF (campagne). Dit biedt niet alleen financiële voordelen, maar ook toegang tot geavanceerde trainingsmogelijkheden en expertise.

De rol van de bond: De NGB zet zich in om atleten vanaf het begin van hun topsportcarrière te ondersteunen. Dit doen we door:

1. Het verstrekken van gerichte subsidies
2. Het aanbieden van internationale wedstrijdervaringen
3. Het creëren van een ontwikkelingstraject richting het TeamNL topsportniveau

De aanpak:

1. De focus ligt ten eerste op prestaties en deelname op Europees niveau
2. Atleten die op Europees niveau onderscheiden van anderen presteren, krijgen de kans zich te bewijzen op het wereldpodium

De bond biedt een duidelijk groeipad van nationaal talent naar internationale topatleet

9. Promotie en communicatie

De interne communicatie richting de aangesloten clubs en leden zal worden gecoördineerd en uitgevoerd door de secretaris van de bond. Dit betekent dat de secretaris fungeert als het centrale aanspreekpunt voor alle belangrijke mededelingen, beleidsupdates en informatie-uitwisseling binnen de organisatie. Door deze verantwoordelijkheid bij de secretaris te leggen, wordt een heldere en consistente communicatielijn gewaarborgd, zodat alle clubs en leden tijdig en volledig op de hoogte blijven van relevante ontwikkelingen en besluiten binnen de bond.

De communicatie naar de pers zal onder de verantwoordelijkheid van het bestuur vallen. Dit houdt in dat alle persberichten, media-interacties en publieke statements door het bestuur worden voorbereid en verspreid. Hiermee waarborgt het bestuur dat de externe communicatie consistent en professioneel verloopt en aansluit bij de kernwaarden en strategie van de bond.

Voor de externe communicatie via sociale mediaplatforms zal een promotiecommissie worden opgericht. Deze commissie krijgt de taak om de zichtbaarheid van de bond te vergroten en de communicatie richting het publiek te versterken. Door middel van strategische en regelmatige updates op sociale media wil de promotiecommissie zowel bestaande leden als een breder publiek bereiken, en bijdragen aan een positief en actueel imago van de bond.

De promotiecommissie zal tevens verantwoordelijk zijn voor het up-to-date houden van de website door regelmatig nieuwsartikelen, foto's en relevante informatie te plaatsen en bij te werken. Hiermee zorgt de commissie ervoor dat de website een actueel en aantrekkelijk platform blijft waar leden en andere geïnteresseerden gemakkelijk toegang hebben tot de laatste ontwikkelingen, aankondigingen en evenementen binnen de bond.

Daarnaast zal het bestuur de NGB-website vernieuwen met meer interactieve content, zoals trainingsvideo's en live streaming van wedstrijden. Deze verbeteringen zijn gericht op het aantrekkelijker en toegankelijker maken van de website voor een breder publiek, waardoor zowel leden als geïnteresseerden eenvoudiger toegang krijgen tot waardevolle informatie en evenementen binnen de bond. Deze interactieve toevoegingen zullen de betrokkenheid vergroten en bijdragen aan de promotie en groei van de sport.

10. Samenwerkingen

De NGB is op zoek naar partners om het gewichtheffen in Nederland te laten groeien. In 2025 zal de NGB onder andere verder werken aan de goede band die is opgebouwd met gemeente Almere en de Topsportal waar ook in 2025 het OPEN ELEIKO NK georganiseerd zal worden.

Andere samenwerkingen die de NGB en de commissies onderhouden en uitbreiden in 2025

NOC*NSF

De samenwerking met NOC*NSF wordt verder uitgebreid en onderzocht waar de NGB nog recht op heeft en gebruik van mag maken. Denk aan promotie materiaal, campagnes, e-learning, BOSA regeling en de gratis VOG regeling.

Internationaal

Op gebied van internationale samenwerking gaat het bestuur onderzoeken hoe andere federaties met vergelijkbare uitdagingen deze aangaan om van elkaar te leren. Een stap maken naar een lange termijn relatie met andere federaties om IWF level 2 en 1 scheidsrechters op te leiden, internationale trainingsstages te combineren met lokale wedstrijden en kennis uitwisseling van coaches.

Clubs

Clubs worden aangemoedigd wedstrijden aan te bieden op alle niveaus, een actieve rol te nemen in het vrijwilligers leven binnen de NGB door lid te worden van een commissie en/of scheidsrechter te worden.

ELEIKO

Het contact met ELEIKO wordt verder uitgebreid om het top wedstrijd materiaal optimaal tot haar recht te laten komen.

LUXIOAJUN

De samenwerking met LUXIOAJUN wordt verder uitgebreid en er gaat gekeken worden naar team kleding voor de Internationale atleten. Tot die tijd kunnen alle NGB leden profiteren van 10% korting met de code "NGB". Internationale atleten krijgen zelfs het aanbod op 60% korting op hun schoenen en 100 euro extra bestedingsbedrag op de website.

Het bestuur is zeer tevreden over het verloop van de samenwerkingen die in het afgelopen jaar zijn opgebouwd en versterkt. Deze samenwerkingen hebben een positieve invloed gehad op de organisatie en de sport, en het bestuur ziet dit als een belangrijke stap richting verdere groei en professionalisering. In 2025, zal het bestuur zich actief inzetten voor het onderhouden en verdiepen van deze waardevolle relaties. Daarnaast zal de secretaris van de bond, in nauwe samenwerking met de promotiecommissie, op zoek gaan naar nieuwe sponsors en samenwerkingspartners die een goede aansluiting hebben bij het gewichtheffen. Het doel is om langdurige relaties aan te gaan met organisaties die de sport kunnen ondersteunen en versterken, waardoor de bond zich verder kan ontwikkelen en meer impact kan maken.

11. Compliance en governance

De NGB heeft de afgelopen periode veel tijd en energie gevraagd heeft aan al haar vrijwilligers, de scheidsrechters, wedstrijdondersteuners zoals laders, commissieleden en het bestuur.

Omdat de NGB gedragen wordt door haar vrijwilligers is het hoofdzaak alles (waar kan) uiteen te zetten. In 2024 is er door het bestuur veel beleid geschreven om aan de minimale kwaliteit eisen van het NOC*NSF te voldoen. Dit biedt in 2025 meer rust om weer verder te gaan met alle goede ideeën die er ontstaan. In 2025 zullen alle beleidsdocumenten van de website ook gehandhaafd worden en zullen we op basis van deze plannen afspraken met elkaar maken.

Om hiermee een aanvang te maken, wenst de NGB aandacht te vestigen op het nieuwe vrijwilligersbeleid, waarin zorgvuldig is gestreefd naar een helder overzicht van rechten, plichten en verwachtingen voor alle betrokkenen. Op de voorjaars ALV wil het bestuur een nieuw voorstel voor de vrijwilligersvergoeding aan haar leden presenteren om verder te bouwen aan de open en transparante vorm van werken.

Ter bevordering van een veilige en integere omgeving heeft het bestuur daarnaast concrete doelstellingen vastgelegd binnen het integriteitsbeleid. In 2025 zal de NGB alle coaches bij nationale wedstrijden een Verklaring Omtrent Gedrag (VOG) aanbieden, en vanaf 2026 wordt een VOG verplicht gesteld voor alle coaches. Zij kunnen deze verklaring via de NGB aanvragen.

In 2025 zal een vervolg gemaakt worden aan het diversiteit en inclusie thema waarin we met de breedtesport opzoek gaan naar het realiseren van gewichthef evenementen die toegankelijk kunnen zijn voor alle leden. Denk hierbij aan showdowns waar het aangeven van sekse niet verplicht is, iets wat wel verplicht is volgens de regels van de IWF. Evenementen waar waarin iedereen wordt verwelkomd, gerespecteerd en gewaardeerd, ongeacht hun achtergrond, geslacht, ras, leeftijd, seksuele geaardheid, religie, beperking of enige andere vorm van diversiteit.

Het bestuur heeft een duidelijke verdeling gemaakt van de belangrijkste taken om de efficiëntie en doelgerichtheid binnen de organisatie te bevorderen. Iedere bestuurder heeft specifieke verantwoordelijkheden toegewezen gekregen, zodat alle taken effectief kunnen worden uitgevoerd en de gezamenlijke doelstellingen van de organisatie beter worden behaald.

Voorzitter	Vice-Voorzitter	Secretris	Penningmeester	Algemeen bestuurslid
Topsport	Wedstrijdzaken	Communicatie	Financiën	Breedtesport
Coaches	Medische commissie	Sponsoring	Ledenadministratie	
Samenwerkingspartners	Focusgroep vertrouwenscontactpersoon	Promotiecommissie		
		Coaches		

Het bestuur is gestart met het opstellen van functie-specifieke witboeken waarin alle taken en verantwoordelijkheden per bestuursfunctie nauwkeurig worden beschreven. Deze documenten zullen gedurende de huidige zittingsperiode voortdurend worden bijgewerkt, zodat ze actueel blijven en als duidelijke leidraad dienen voor het uitvoeren van bestuurswerkzaamheden.

De taken binnen het bestuur worden continu geëvalueerd om de efficiëntie en haalbaarheid te waarborgen. Indien een bepaalde taak te tijdrovend blijkt te zijn, zal het bestuur passende oplossingen overwegen, zoals het herzien van het bestaande takenpakket of het instellen van een aparte commissie voor deze taak. Op deze manier blijft de werklast beheersbaar en kan het bestuur zich optimaal richten op de kerndoelen van de organisatie.

In 2025 zal het bestuur handelen volgens de volgende vijf pijlers binnen governance:

1. Eerlijke behandeling van belanghebbenden

Iedere organisatie moet de rechten van belanghebbenden erkennen. Deze belanghebbenden – of dat nu clubs, leden of vrijwilligers zijn – dienen op eerlijke wijze te worden behandeld.

2. Rol en verantwoordelijkheid van de bestuurders van een organisatie

Het is belangrijk dat de bestuurders voldoende expertise en ervaring hebben. Ze moeten zich bovendien op een verantwoordelijke manier opstellen.

3. Ethisch en professioneel gedrag

Een organisatie dient een cultuur van compliance en ethiek te hebben, niet alleen een 'code of ethics'. Deze cultuur dient bovendien niet (alleen) met woorden, maar ook met acties te worden ingevoerd en onderhouden te worden.

4. Financiële transparantie

Organisaties dienen voor alle belanghebbenden volledige financiële transparantie te geven.

5. Interne beheersmaatregelen

Dit onderdeel is de sleutel tot het verbeteren van de governance van een onderneming. Beheersmaatregelen zorgen voor het verminderen van risico's en dragen bij aan (meer) transparantie van een onderneming.