

Jeroen Otter is de architect achter de Nederlandse shorttrack-successen. Na twaalf jaar zowat dagelijks als bondscoach op het ijs te hebben gestaan, nam hij het afgelopen jaar gas terug in de vorm van een *sabbatical*. Een goed moment voor een uitgebreid interview met hem in *Sportgericht*. Dit vierde en laatste deel gaat over de continu veranderende rol van de coach in de topsport. Hoe beleefde Otter deze rol zelf en hoe denkt hij in zijn nieuwe functie collega-coaches te kunnen begeleiden op dit vlak?

## Jeroen Otter, onorthodox succesvol

### Deel 4 (slot): De coach in beweging

#### Jurgen van Teeffelen & Hanno van der Loo

‘Mijn staf en mijn rijders stelden mij vragen waar ik nog nooit over had nagedacht. Er is niks mooiers dan dat, want zo word je als coach gedwongen om op zoek te gaan naar antwoorden.’

‘Keert Jeroen Otter terug als bondscoach bij de shorttrackers, of gaat hij toch iets anders doen?’ Het was de afgelopen maanden een regelmatig terugkerende vraag in de media. Want afgaande op de prestaties van Team-NL op het ijs deed zijn opvolger Niels Kerstholt het weliswaar uitstekend, maar er was ook geregeld kritiek te horen op diens aanpak. Vooral de boegbeelden Sjinkie Knecht en Suzanne Schulting lieten zich hierbij niet onbetuigd.

#### Geknipt

Begin april werd de knoop eindelijk doorgemaakt en kwamen KNSB en NOC\*NSF met hun respectievelijke nieuws naar buiten: Jeroen Otter zal het shorttracken verlaten en per 1 juni 2023 als ‘coach van de coaches’ bij de Nederlandse topsportkoepel aan de slag gaan. ‘Naast het begeleiden van topsportcoaches gaat Otter hierbij na de Spelen van Parijs ook meerdere topsportprogramma’s adviseren in de rol van prestatie manager’, zo stond te lezen in het persbericht van NOC\*NSF. Volgens de directeur topsport van NOC\*NSF André Cats is Otter de geknipte persoon voor deze functie. ‘Was voorheen de coach de leider die eenzijdig het trainingsplan aan de sporter oplegde, tegenwoordig is er sprake van teamwork met de sporter. Dat vereist

andere skills. Jeroen heeft laten zien deze vaardigheden te bezitten en collega-coaches te kunnen begeleiden om in complexe situaties optimaal te blijven functioneren.’

#### Geen agenda

Ten tijde van het uitgebreide interview dat we in december vorig jaar met Otter hadden (zijn *sabbatical* was toen halverwege, red.), was deze carrièreswitch nog duidelijk niet in beeld. Otter wilde vooral ruim afstand nemen van de sport waar hij al veertig jaar dagelijks zijn hart en ziel in had gestoken. ‘Of je zit erin, of niet. Dat is in ieder geval hoe ik de topsport zie. Het is voor mij echt zwart-wit. En dat betekent: als het wit is, dan is het 24 uur per dag, 7 dagen per week. Dat gaat ten koste van heel veel dingen die met een “normale” baan vanzelfsprekend zijn, zoals op bezoek bij vrienden, of met de familie op vakantie. Zoiets komt eigenlijk niet langs in de 140 dagen per jaar dat je on the road bent. Ik heb mijn zoon nooit op de zaterdagochtend zien voetballen, omdat ik dan een training of wedstrijd had. Dat kon pas in mei, maar dan was de voetbalcompetitie al lang en breed beslist. Dit allemaal inhalen lukt natuurlijk niet meer, maar ik probeer in ieder geval weer een beetje aan te sluiten.’



Foto: Jurgen van Teeffelen

## De multitaskende coach

Met Kahnemans boek als inspiratiebron schreef Jeroen Otter op de website van Talenthub Noord een interessante column over het veranderende coachvak. Samenvattend stelt hij dat er aan coaches steeds meer uiteenlopende eisen worden gesteld: organisatorisch vermogen, toekomstvisies opstellen, jaarplanning verdedigen, trainingsschema's uitwerken, teams samenstellen, de juiste methodiek handhaven, didactisch voldoen aan de laatste pedagogische meetlat, inlevingsvermogen, et cetera, et cetera. Hierdoor zijn sportbestuurders op zoek naar het spreekwoordelijke 'schaap met de vijf poten'. Otter schrijft dat hij in de loop van de jaren noodgedwongen van werkwijze is veranderd. Waar hij in zijn begintijd ogenschijnlijk nog de hele dag tegelijkertijd met verschillende taken bezig kon zijn, was dat op een gegeven moment niet meer te behappen. 'Ik merkte dat mijn *aha-erlebnissen* zich pas later op de avond voordeden. Hoe hard ik op Thialf ook mijn best deed, steeds vaker was er de frustratie dat ik overdag de vinger niet op de juiste plek wist te leggen. De druk dat er altijd wel ad-hoc iets speelt dat liefst direct een antwoord verdient, de verwachting dat je altijd maar "aan" staat en ook direct voor een oplossing zorgt want jij bent immers "de coach"; deze manier van werken kostte me meer energie dan het opleverde en heeft - minstens zo belangrijk - ook niet altijd voor de beste oplossingen of antwoorden gezorgd.'

Volgens Otter legt Kahneman in zijn boek haarfijn uit dat een geoefend persoon prima meerdere taken tegelijkertijd kan uitvoeren, zolang dit maar grotendeels op de automatische piloot kan en het cognitieve deel van de hersenen op *stand-by* staat. Vraagt één taak echter ineens extra denkvermogen, of komt er plotseling een extra taak bij, dan zal de knop naar "aan" moeten. Het brein wordt in een aanpassingsfase gedwongen, wat tijd en energie kost. Het deed Otter besluiten om zijn dagschema als coach dusdanig te plannen, dat alle taken nauwkeurig en chronologisch over de dag werden verspreid. Zijn conclusie: 'Als coaches hebben we bepaalde *skills* die geweldig aansluiten bij de behoefte van sporters, stafleden en (jouw) sport in het algemeen. Ik denk echter dat deze skills alleen geoptimaliseerd kunnen worden als je beseft dat het schaaap pas vooruitgaat als hij de volledige controle heeft over al zijn poten, of het er nu vier of vijf zijn. *One step at the time* is het devies.'



Scan de QR-code om de volledige column van Jeroen Otter te lezen

### *Een jaar eruit klinkt als zeeën van tijd hebben. Heb je nog een soort agenda voor jezelf opgesteld?*

'Ik wil veel lezen. Voornamelijk herlezen van boeken om te kijken of ik er nog steeds iets van begrepen heb. Het boek *Thinking fast and slow* van Daniel Kahneman is hier een goed voorbeeld van. Toen ik het ruim tien jaar geleden voor het eerst las (het verscheen in 2011, red.), vond ik het heel moeilijk, ondanks dat ik door mijn tijd in de VS en Canada wel gewend was om in het Engels te lezen. Maar inmiddels is het ook in het Nederlands vertaald (onder de titel *Ons feilbare denken*, red.) en heb ik het recent nog maar een keer afgeleuisterd. Vervolgens heb ik het laten bezinken om er nu eens écht over na te denken. Die tijd had ik voorheen niet. Dit heb ik zo met meerdere boeken gedaan. Adam Grant, Nassim Nicholas Taleb, dat soort schrijvers lees ik graag.'

### *Schrijvers uit de psychologie- en filosofiehoek dus vooral?*

'Ja. En vooroorlogse fictie. Ik zal niet zo snel een modern boek lezen. Wat ik echt een geweldig boek vind is *Brave New World* van Aldous Huxley. Die heeft in de jaren '30 van de vorige eeuw al voorspeld - of er in ieder geval over geschreven - waar wij nu met zijn allen zo over vallen: dat we er alles aan doen om comfortabel te leven, maar dat we uiteindelijk ook pijn en ongemak willen voelen om te weten hoe succes voelt. Zoiets is uitermate van toepassing op de topsport.'

### *In een interview met de NOS vertelde je dat je tijdens je sabbatical ook kritischer naar jezelf wilde kijken. Waarom was dat nodig?*

'Je zit zo in een bepaalde werksleur dat je daar simpelweg de tijd niet voor hebt. Of in ieder geval gaf ik me die tijd niet. Ja, evalueren deden we binnen het team regelmatig, maar binnen

no time ben je dan alweer vooruit aan het kijken. Daarmee wordt je win-win aan één zijde steeds kleiner, heb ik het idee.'

### *Wat ben je inmiddels te weten gekomen?*

'Ik denk dat ik net wat plastischer, net wat beweeglijker, net wat flexibeler had kunnen zijn geweest. Als coach moet je de rode draad die je probeert uit te rollen zeker zien te volgen, maar is het geen wet dat het precies zo moet gaan. Het hangt ook samen met de periode waarin we ons bevonden. De dingen die we meemaakten en alles wat op het bordje kwam van de manager, coach, trainer, dat was tussen 2010 en 2014 heel anders dan tussen 2018 en 2022.'

### *Kun je een concreet voorbeeld geven?*

'Ik had waarschijnlijk meer moeten delegeren. En gezien de kwaliteit van de mensen om me heen had dit ook prima gekund. Maar je wacht daar

dan toch weer mee totdat de Spelen voorbij zijn en dan is het eigenlijk te laat. In 2010 kon ik het prima alleen af. We waren blij als we mensen in het hoofdprogramma kregen. Vervolgens waren we blij wanneer we in een finale stonden. Anno nu zijn we ongelukkig als we niet in de finale staan. Wanneer je dus met twaalf sporters bij een wedstrijd bent, plus nog een paar buitenlanders, dan betekent dit dat mijn taak zich constant afspeelt in de coaches box. Ik heb dan amper nog tijd om naar de kleedkamer te gaan, waardoor mijn bijdrage als coach toch wegebt. Als je alleen ver voorafgaand aan de race of pas ver na afloop de tijd hebt om met je pupil te praten, dan is de kans groot dat je het moment suprême mist.'

#### *Hoe essentieel is jouw aanwezigheid in die coaches box dan?*

'Die is misschien wel minder van belang dan we altijd hebben gedacht. Natuurlijk ben je daar een beetje de ogen voor de sporter, maar we hebben ook iets geconditioneerd, namelijk dat een sporter het gevoel wil hebben dat daar iemand staat. In veel short-trackwedstrijden is het verschil tussen de nummer één en de nummer vier op de finishlijn slechts 15/100 seconde. Kun je er als coach voor zorgen dat dit verschil kleiner wordt door exact het beslissende moment in een wedstrijd voor een sporter te voorspellen of aan te duiden? Om dit van tevoren door te nemen en na afloop van de race direct te evalueren, moet er meer tijd met de sporter in de kleedkamer beschikbaar zijn.'

#### *Hiervoor zijn dus vooral meer coaches nodig?*

'Ja. Coaches die het spelletje begrijpen en die uiteindelijk - afhankelijk van met wie je praat - ook de autoriteit hebben om dat goed over te brengen, zodat de sporter ontvankelijk is voor zijn of haar commentaar. Misschien zouden we in de toekomst wel naar een aparte dames- en herencoach toe moeten, of zullen er aparte coaches

zijn voor de 500 meter en de 1500 meter. Als wij in 2026 willen presteren, dan denk ik dat dit een onderdeel is van dat proces tot vier keer goud op de volgende Spelen.'

#### *Je bent nog steeds als adviseur op de achtergrond beschikbaar, zo lezen we op de site van de KNSB. Ben je hier dan specifiek mee bezig?*

'Adviserende rol? Staat het er echt zo? Ik zie me eerder als klankbord voor Niels, voor nieuwe staffleden en voor sporters die met vragen zitten. Ze hebben allemaal mijn telefoonnummer zozegd. Daarnaast zit ik in de selectiecommissie die zorgdraagt voor de invulling van het team tijdens de verschillende wedstrijden dit seizoen. Maar dan gaat het dus over de selectie van de schaatsers, niet van de staf of de coaches.'

#### **Sprongetje**

We nemen een sprongetje in de tijd, van december 2022 naar juni 2023. Ruim een half jaar na ons uitgebreide interview in Heerenveen spreken we Jeroen Otter nog een keer kort online. Het sabbaticaljaar zit erop, hij is net een paar dagen bezig met zijn nieuwe functie bij NOC\*NSF. 'De mooiste baan die er is' vertelde hij bij zijn aanstelling. Hoe bevalt het hem tot dusver? En wat gaat hij eigenlijk doen?

#### *Je oogt ontspannen. Nog geen last van werkstress?*

'Ha, nee zeg. Ik heb van de laatste dagen echt al heel veel energie gekregen.'

#### *Wat heb je vandaag gedaan?*

'Ik heb twee draaiboeken voor het EYOF, het European Youth Olympic Festival, doorgenomen. Dat betekent dus 183 slides in het ene boek en 140 in het andere. Ik ga daar binnenkort (het is van 23 tot en met 29 juli in Maribor, red.) naar toe als een soort stand-in chef de mission, met 71 sporters uit negen verschillende sporten. En dan nog een mannetje of 25 aan coaches en staf.'

#### *Dat is wel even wat anders dan wat je deed.*

'Jazeker. De negen Olympische Winterspelen die ik heb meegemaakt lijken wel een geweldige hoeveelheid ervaring, maar het is toch iets anders dan de Zomerspelen met het tienvoudige aan deelnemers en sporten die zo ver uit elkaar liggen. Ik vind het wel mooi hoor.'

#### *Heb je de boel in het shorttrack goed achter kunnen laten, of blijf je nog betrokken?*

'Nee, het is nu helemaal aan de mensen die er zitten. Uiteraard hebben we alle ideeën die ik tijdens mijn sabbatical had, besproken. Want een visie alleen betekent natuurlijk niks als je het niet op de een of andere manier juist implementeert. Om duurzaam te blijven presteren in het shorttrack, is het zaak dat de pijplijn bij TeamNL gevuld blijft. Omdat het geld ook bij de KNSB niet tegen de plinten klotst, en al helemaal niet in het shorttrackschaatsen, zullen ze daarom best hun uitdagingen hebben tussen nu en de Spelen van Milaan.'

#### *Zou een commercieel team in het shorttrack hierbij kunnen helpen?*

'Ja, dat zou ik echt een geweldige uitdaging hebben gevonden. Het was voor mij ook uitgangspunt nummer één geweest: als ik opnieuw iets in het shorttrack zou gaan doen, dan moest het dusdanig anders zijn dat ik niet in herhaling kon vallen. De ideeën waren er, mensen hebben hun best gedaan om genoeg geld bij elkaar te sprokkelen, maar het is uiteindelijk niet van de grond gekomen. De lat lag wel hoog hoor: ik vind dat zo'n nieuwe ploeg minimaal - en dat mag je in kapitalen opschrijven - MINIMAAL gelijk moet zijn aan wat er al is.'

#### *En nu zit je dan bij NOC\*NSF. Hingen zij meteen al aan de lijn na je besluit een sabbatical te nemen?*

'Dat zou best kunnen, dat weet ik niet meer zo precies. Op het moment dat er ergens in de pers naar buiten kwam

dat “Jeroen Otter er een jaartje uitging”, werd ik meteen door verschillende mensen van binnen en buiten de sport gebeld. “Hé, wil je bij ons iets gaan doen?” Nou, nee dus. Want ik deed een stap terug omdat ik wilde reflecteren op de afgelopen twaalf jaar en me daarbij ook al wilde richten op de Winterspelen in 2026. Om dat op een rij te krijgen, hield ik voor mezelf een soort deadline van 1 februari aan.’

#### *Was een duobaan nog een optie?*

‘Daar is bij NOC\*NSF en KNSB wel over gesproken, ja. Maar daar had ik zelf geen behoefte aan. Ik ken mezelf namelijk. Als ik iets doe, dan stop ik daar heel veel uren in. En als je dan twee taken hebt die zo verschillend van elkaar zijn, dan kom je gewoon tijd tekort. Dan gaat het resulteren in 99 procent en daar hebben we niks aan.’

#### *Je bent volgens het persbericht aangesteld als ‘coach van de coaches’. Wat is jouw takenpakket precies?*

‘Ik heb meerdere taken, denk maar aan het EYOF waar ik ook naartoe ga. Ik ben onderdeel van het High Performance Team, waarin de prestatie managers zitten die een aantal sporten onder zich hebben die ze zo goed mogelijk proberen te voorzien van informatie en sturing.’

#### *En jij gaat dat met de coaches doen?*

‘Nou ja, hoe het er precies uit gaat zien is nog punt van overleg. Eigenlijk staan jullie veel te vroeg bij mij aan de deur!’

#### *Ja, we waren er snel bij. Maar nu kun je nog zeggen hoe jij erover denkt ...*

‘Zoals ik het voor ogen zie ... Coaches moeten zich blijven ontwikkelen. Zoals je weet, ben ik van de oneliners: “Als je gisteren van school komt, maar vandaag stopt met leren, dan ben je morgen uitgerangeerd.” Zo snel gaat het natuurlijk niet, maar als je coaches op een positie neerzet waarin ze geen mogelijkheid krijgen om te leren, omdat het op de een of andere

manier niet past in de uren waaraan zij zich gecommitteerd hebben, dan ontwikkelen ze zich niet en uiteindelijk dus ook de sport en de sporters niet. Dan is het aan mij om goed aan te voelen hoe NOC\*NSF hierin kan ondersteunen. Is dat bijvoorbeeld in meer tijd vrijmaken voor de coach, of in iets anders? Moeten we überhaupt niet eens in beeld krijgen hoe de ontwikkeling van een coach er op dit moment uit ziet? Dan kom je er misschien achter dat er vraagstukken zijn, maar dat ze de tijd niet hebben om daar een antwoord op te vinden. Daar wil ik dan een adviserende en misschien wel een deuren openende rol in hebben.’

#### *Een uitdagende klus, gezien het grote aantal topsportcoaches. Hoeveel zijn het er eigenlijk?*

‘Die vraag heb ik ook gesteld, maar ik heb er nog geen precies antwoord op gekregen. Uiteindelijk is zo’n lijstje natuurlijk ook niet het allerbelangrijkste. Alsof ik iedereen even ga afbellen richting Parijs. Je zult als coach maar heel druk zijn en dan belt die Otter. Dan denk je: “Wat moet die gozer nou?” Aan de andere kant ben ik het afgelopen jaar zelf regelmatig gebeld door mensen uit het veld. Die vragen dan of ik een keer langs kan komen om te vertellen hoe ik de afgelopen 12 jaar nou precies heb ingevuld: “Heb je misschien ideeën over wat ik daar voor mijn sport uit zou kunnen halen? Mogen mijn toppers erbij zitten en kunnen we dan één onderdeel eruit pakken? Hoe krijg je het voor elkaar om zo’n team te creëren als jij toen had?” Zo’n variatie aan vragen is er dus momenteel.’

#### *En jij hebt daar dan het antwoord op?*

‘Nou, niet altijd. Als bondscoach shorttrack haalde ik mijn informatie ook niet alleen bij NOC\*NSF vandaan. Ik heb die misschien wel grotendeels vanuit mijn staf en mijn rijders gehaald. Die stelden mij vragen waar ik nog nooit over had nagedacht. Er is niks mooiers dan dat, want zo word

je als coach uiteindelijk gedwongen om op zoek te gaan naar antwoorden. Soms vind je die, soms niet.’

#### *Het initiatief voor een gesprek met jou moet dus vooral van de coaches zelf komen?*

‘Ja, die nieuwsgierigheid moet bij hen zelf vandaan komen, want ik ga mezelf niet opdringen. Maar ik zou het echt geweldig vinden om de verschillende visies van zoveel mogelijk coaches te horen. Want de prestatieomgeving zoals ik die in Heerenveen ken, die zal niet zomaar ook ergens anders in Nederland als blauwdruk liggen. Ik ben daarom heel nieuwsgierig waarom coaches de keuzes hebben gemaakt die ze gemaakt hebben. Is dat omdat ze deden wat ze gewend waren, of is daar een andere visie bij? Wie zitten er allemaal in het technisch kader? Waar zit de meerwaarde van een programma precies? Daar wil ik een goed overzicht van krijgen.’

#### *Wat gaat er gebeuren met het opleidingsprogramma Mastercoach?*

‘Wat mij betreft blijft dat bestaan, omdat het naar mijn ervaring veel toegevoegde waarde heeft. Vanaf 2010 heb ik de bijeenkomsten zelf altijd trouw gevolgd. Ik kwam uit Heerenveen en zag daar alleen coaches die op het ijs werkten. Maar bij zo’n Mastercoachklas kwam ik juist allemaal niet-schaatscoaches tegen. Die zagen geen enkele bedreiging in mij, waardoor we heel open konden praten over ervaringen en problematieken en uitdagingen die wij als coaches zagen. En dan ontstaat kruisbestuiving: je raakt geïnspireerd, je krijgt het gevoel dat je er niet alleen voor staat. Want coaches kan best wel eens eenzaam zijn. Jouw stafleden zijn allemaal experts op gebieden waar jij uiteindelijk iets mist, anders had je ze niet aangewomen. Kan je met zo iemand dan jouw specifieke issues bespreken? Nou, dat vond ik best wel eens lastig. Als je dan iemand vindt, dan is het vaak een concurrent, waardoor je allebei net iets meer dat schild optrekt.’



### *Wat is het plan wat betreft het Nationaal Coach Platform?*

'Begin oktober komt er een heel groot driedaags congres aan waar ik bij betrokken ben. Het is vooral een uitdaging om de specialisten en de coaches meer te laten integreren, om – net als bij de vijf Olympische ringen – te zorgen voor overlap tussen de vijf expertgebieden die wij binnen het NOC\*NSF onderscheiden.

### *Afgaande op de opkomst de afgelopen jaren lijkt niet iedere coach behoefte te hebben aan deze bijeenkomsten. Hoe ga je dat veranderen?*

'Sommige coaches zien de meerwaarde nog niet, of menen dat het geven van de eigen training die dag belangrijker is. Maar wanneer jij niet gemist kan worden op een training, zou je volgens mij jezelf de vraag moeten stellen of je dat misschien niet anders had kunnen invullen. We moeten beter worden in onze marketing, zodat alle coaches weten waarom NOC\*NSF deze bijeenkomsten organiseert. Ik wil ze uitdagen om nog kritischer naar hun eigen programma te kijken. Niemand weet alles, maar die andere coach uit een ander programma weet misschien iets dat jij niet weet. En Jeroen Otter is dan het bijtje dat er voor zorgt dat het met elkaar tot een goede kruisbestuiving komt.'

### *Wat zijn volgens jou de komende tien jaar dé trends in de topsportwereld waar Nederlandse coaches niet omheen kunnen?*

'Als je het niet erg vindt, beantwoord ik deze vraag nog even op persoonlijke titel. En dan noem ik als eerste aandacht voor herstel en hoe je dat optimaliseert. Wanneer je kijkt naar het wetenschappelijk onderzoek van de laatste 70 jaar – en dan denk ik aan al die studies die in een labsetting zijn gedaan naar bijvoorbeeld duurtrainingen en krachttraining – dan is het duidelijk dat we heel veel informatie hebben vergaard over hoe je goed traint, maar nog veel minder over hoe je goed rust, herstelt en adapteert. Zit

er qua prestatie nog een overtreffende trap in de tijd die je doorbrengt tussen de ochtend- en middagtraining, of tussen de middagtraining en de volgende dag? Toen ik tijdens mijn sabbatical vooruitblikte op 2026 en mezelf daar met het team om me heen op het podium zag staan, toen gaf ik een high five aan iemand die ik nog niet kende, die nog geen gezicht had, maar al wel een functie: rustspecialist. En dan bedoel ik niet iemand die zich bezighoudt met het behandelen van slecht slapen, zoals apneu of iets dergelijks, maar iemand die weet hoe een sporter beter kan rusten en herstellen dan tot op heden gebeurt.'

### *En artificial intelligence, zijn jij en/of je collega's bij NOC\*NSF daar al mee bezig?*

'Daar wordt zeker over nagedacht. Als ik zie wat voor experts we rond hebben lopen, dat zijn geen domme jongens en meiden. En denk eens aan alle data die momenteel beschikbaar zijn en hoe weinig we daar nog van gebruiken. Bij het shorttracken lukte het ons op relatief eenvoudige wijze om alle rondetijden met alle posities in een wedstrijd die daarbij horen razendsnel te analyseren. Zo konden we op een gegeven moment voorspellen dat wanneer jij op een duizend meter met nog vier ronden te gaan in de vierde positie zit, er nog maar 20% kans is dat je je plaatst voor de volgende ronde. Zorg er dus voor dat je dan op een andere plek schaatst! Als zoiets al bij ons gebruikt kan worden, dan gebeurt dat ook in heel veel ande-

re wedstrijdsporten. Maar het is nog verre van geoptimaliseerd, denk ik. Ook de inzet van een VR- of ander-soortige technologische bril zal steeds normaler worden voor een coach. Om een geblesseerde sporter toch te laten trainen bijvoorbeeld.'

### *Tot slot, je zult het afgelopen jaar wel een halve bibliotheek aan boeken gelezen hebben. Welk boek zou je alle coaches die je nu gaat coachen willen aanraden?*

'Jeetje mina. Dit is meteen ook de allermoeilijkste vraag. Momenteel ben ik nog in zo'n vijf boeken bezig ... Oké, ze kunnen kiezen uit twee. De eerste is 'There is an I in team' van Mark de Rond. En daarnaast het boek van Adam Grant, waarvan jullie de titel maar even moeten opzoeken, want die heb ik niet onthouden.'

### *Think again- The power of knowing what you don't know?*

'Ja, dat is hem. Het is een boek dat je doet beseffen hoe belangrijk het is om toe te geven dat je dingen eigenlijk niet weet en dat je daarnaar op zoek moet gaan. Dat je dus een open mind moet hebben. Een goede coach is altijd in beweging.'

### *Heb jij daar niet gewoon in teruggelezen wat jij je hele coachloopbaan al in de praktijk hebt gebracht?*

'Misschien is dat het. Heel lui van mezelf, maar ook wel heel leuk natuurlijk.'

## Over de auteurs

**Dr. Jurg van Teeffelen** (1968) is sinds 2014 freelance wetenschapsjournalist. Tot die tijd werkte hij als gepromoveerd fysioloog aan universiteiten in Nederland (Amsterdam (AMC), Maastricht) en de Verenigde Staten (Yale). Hij schrijft graag over wetenschap in relatie tot sport en bewegen en was recent als redacteur voor het derde seizoen betrokken bij de TV-documentaireserie Sportlab Sedoc (NPO).

E-mail: [info@jurgenvanteeffelen.nl](mailto:info@jurgenvanteeffelen.nl), website: [www.jurgenvanteeffelen.nl](http://www.jurgenvanteeffelen.nl), podcast: <https://slimmer-presteren-podcast.nl/>.

**Hanno van der Loo** studeerde bewegingswetenschappen, is eigenaar van sportwetenschappelijk adviesbureau AdPhys te Boskoop ([www.adphysbureau.nl](http://www.adphysbureau.nl)) en hoofdredacteur van *Sportgericht* (<https://sport-gericht.nl>).