



SPORTTOP

aandacht voor talent

Sporttop Manual

Voor talenten & Mentoren

Sporttop Manual voor Talenten & Mentoren

1. Inleiding
2. Over Sporttop
3. Duurzaam presteren
4. Criteria van een talent
 - Wat kan jij als talent bij Sporttop verwachten
 - Wat verwachten we van jou als talent
5. Criteria van een mentor
 - Wat kan jij als mentor bij Sporttop verwachten
 - Wat verwachten we van jou als mentor
6. Sporttop organisatie
7. Partners van Sporttop

1. Inleiding

Voor je ligt het Sporttop Manual voor talenten & mentoren. Hierin vind je de meest belangrijke informatie over Sporttop. Je leest wat je kunt verwachten en wat er van jou wordt verwacht. Alles in het kader van Duurzaam Presteren, daarover straks meer.

2. Over Sporttop

Sporttop werd in 2004 opgericht door tweevoudig Olympisch schaatskampioen Jochem Uytdehaage. Hij wilde zijn topsportervaringen, met de onvermijdelijke pieken en dalen, niet laten vervliegen, maar graag overbrengen op volgende generaties topsporters.

De visie van Sporttop is om vanuit de kennis en kunde van oud Olympiërs de huidige generatie talenten verder helpen in persoonlijke en sportieve ontwikkeling.

In elke fase van je topsport carrière kun je bij Sporttop terecht.

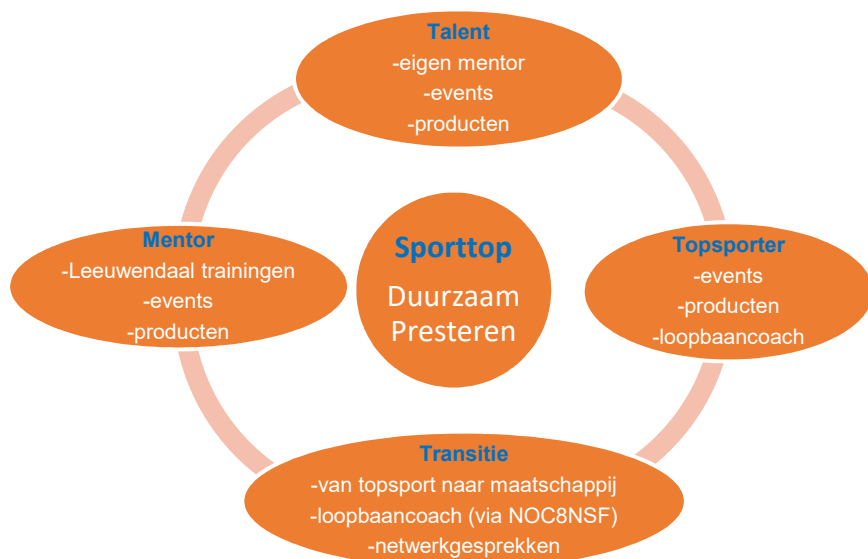
-Als talent krijg je een mentor toegewezen, organiseert Sporttop inhoudelijke events en mag je gebruik maken van producten en diensten;

-Als Senior (Status-) topsporter ligt jouw focus op je sport maar ben je nog steeds welkom op events, mag je de producten blijven gebruiken én kun je via NOC*NSF een Sporttop Loopbaancoach raadplegen over je maatschappelijke carrière ná de sport.

-Wanneer je toe bent aan de transitie naar een maatschappelijke carrière biedt Sporttop, als Partner van NOC*NSF, jou een loopbaancoach aan. Ook kun je gebruik maken van het Sporttop netwerk om je te oriënteren op een baan na de sport.

-Wanneer je gestopt bent als topsporter kun je jouw kennis en ervaring weer inzetten als Sporttop mentor voor nieuwe talenten. Je doorloopt hiervoor een opleiding tot mentor van Sporttop in samenwerking met Leeuwendaal.

Zo is de cirkel rond en stelt Sporttop kennis en ervaring beschikbaar voor elke fase van jouw topsport-leven.



Doelstellingen van Sporttop:

- Een diversiteit aan talenten begeleiden (Olympisch en Paralympisch) en ondersteunen in persoonlijke en maatschappelijke ontwikkeling;
- Waardevolle kennis, ervaring en netwerk van oud topsporters behouden en ze een podium bieden waarmee zij iets terug kunnen doen voor de sport
- In elke fase van de topsport carrière een waardevolle en nuttige bijdrage leveren aan de (maatschappelijke en persoonlijke) ontwikkeling van een sporter.

3. Duurzaam presteren

Topsport vandaag de dag vraagt om duurzame prestaties. Een carrière in de sport duurt langer dan eind vorige eeuw. Dit vraagt om aanpassingen in de weg die je bewandelt van talent naar een volwassen topsporter. Het doel van Sporttop is om bij te dragen aan een duurzame ontwikkeling van de topsportcarrière maar ook aan de persoonlijke ontwikkeling en maatschappelijke carrière van het talent.

Sporttop spreekt van duurzaam presteren en batterijen van energie die nodig zijn om dit te bereiken. De batterijen van duurzaam presteren zijn:

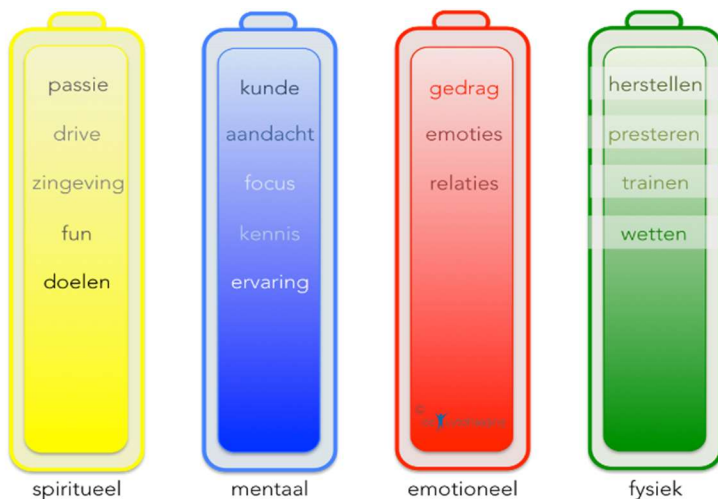
- fysieke batterij
- mentale batterij
- emotionele batterij
- spirituele batterij

Sporttop heeft als uitgangspunt dat je 100% energie maar 1 keer kunt uitgeven. Een goede balans tussen en het opladen van deze batterijen is dus essentieel.

Alle batterijen zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Wanneer een van de batterijen niet in orde is, dan zijn absolute topprestaties niet mogelijk. Simpel gezegd, je moet altijd fysiek fit zijn, maar ook de emoties om je heen kunnen handelen. Heb je problemen thuis, te veel zaken aan je hoofd, afleiding, werk of school? Dit kost energie en gaat dan ten koste van je prestaties. Een verstoring binnen een van deze 4 batterijen heeft direct invloed op de andere 3.

Bijvoorbeeld: een tegenslag op fysiek gebied zal altijd z'n weerslag hebben op emoties en op je spirit/drive. Leeglopen op de één betekent onderaan de streep in z'n totaliteit een lager energiepeil.

Het doel van Sporttop is om van een talentvolle sporter een totaal ontwikkeld mens te maken, binnen én buiten de sport. Duurzaamheid is daarbij de rode draad.



4. Criteria van een talent

Om voor ondersteuning in aanmerking te komen moet je als talent aan de volgende criteria voldoen:

- Je beoefent een Olympische of Paralympische sport;
- Je bent tussen 16 en 20 jaar oud (uitzonderingen daargelaten);
- je behoort in jouw leeftijdscategorie tot de top 3 van Nederland in jouw tak van sport. Dit moet aantoonbaar zijn via resultaten en bevestigd worden door topsportmedewerkers van de betreffende sportbond;
- Je hebt minimaal een Nationaal Talent/ Internationaal Talent status bij de bond/ NOC*NSF;
- Het belang of de noodzaak van de ondersteuning dient in een gesprek te kunnen worden aangetoond (je hebt een concrete hulpvraag en behoefte aan een mentor).

4.1 Wat kan jij als Talent bij Sporttop verwachten?

Het grootste cadeau wat jij als talent van Sporttop krijgt is de hulp van jouw eigen Mentor! De basis voor dit mentorschap is jouw persoonlijke #Reflectiemoment. Deze vul je maandelijks in en deel je met Sporttop en jouw mentor.

Jaarlijks organiseren wij verschillende Sporttop evenementen (bijvoorbeeld de Talent Walk, Presteren onder druk, ouderworkshop, time management, Talent Centraal) waar jij als talent aan deel mag nemen.

Naast een persoonlijke mentor heeft Sporttop met een aantal relevante partijen afspraken gemaakt over diensten of producten waar jij als talent gebruik van mag maken.

Mentaal: Sporttop is van mening dat je alleen de top kunt bereiken als je bereid bent kritisch naar jezelf te kijken. Mentale training of ondersteuning van een Sport Psycholoog kan je hier bij helpen.

- €500 budget per jaar voor mentale training (bij Jutta Hulshof, Hardy Menkehorst, Wietske de Ruiter óf eigen keuze). Een aanvraag dien je, na overleg met je mentor, in via bureau@sporttop.nl.

Voeding:

- Nutrisense/ PowerBar- jaarlijks budget van €175,- aan producten, daarna 50% korting via de topsportwebshop van PowerBar. Aanvragen kan via bureau@sporttop.nl
- HAN- persoonlijk voedingsadvies SENECA op basis van jouw sport, voeding, en doelen. Aanvragen via bureau@sporttop.nl.

Kleding:

- Asics- jij mag jaarlijks tegen 50% korting producten bestellen
Aanvragen kan door in een mail aan sporttop het volgende door te geven: artikel, maat, kleur (en 2^e keuze kleur), adres waarop je producten wilt ontvangen. via bureau@sporttop.nl.
- SKINS- compressiekleding tegen 50% korting producten bestellen. Aanvraag via bureau@sporttop.nl met product & maat.

Financieel:

- Vanuit het Talentenfonds van Sporttop mag elk talent voor maximaal €750 per jaar een aanvraag doen. Deze aanvraag is altijd onderdeel van een financieel plan dat je in overleg met je mentor opstelt. De hoogte van de bijdrage van Sporttop wordt per aanvraag beoordeeld. Een aanvraag doe je via het aanvraagformulier. Deze vind je onderaan jouw persoonlijke #Reflectiemoment pagina.

Marketing/Sponsoring: Prestaties alleen zijn niet meer genoeg om in beeld voor het grote publiek te komen. Het vormen en onderhouden van een imago is voor talenten op weg naar de top ontzettend belangrijk. Digitale media bieden steeds meer mogelijkheden om een imago vorm te geven en een band met fans maar zeker ook met sponsors op te bouwen.

Hierbij zal onder andere naast de kennis en ervaring die onze mentoren in huis hebben ENDRSE en Talentboek van meerwaarde kunnen zijn. Sporttop heeft met deze initiatieven nauwe contacten.

- ENDRSE- influence marketing platform waarop talenten van Sporttop een profiel kunnen aanmaken voor het verkrijgen van inkomsten.
www.endrse.com.

- Talentboek- crowdfunding platform voor jonge talenten waarop elk talent een profiel & een crowdfunding doel kan aanmaken.
www.talentboek.nl.

4.2 Wat verwachten we van jou als talent

- Het tekenen van de overeenkomst met Sporttop;
- Het maandelijks invullen van jouw #Reflectiemoment (Je ontvangt van bureau@sporttop.nl een link naar jouw persoonlijke pagina. Dit is de basis van jouw samenwerking met je mentor);
- Het jaarlijks invullen van jouw Persoonlijk Ontwikkelplan in overleg met je mentor;
- Het zelf pro- actief contact houden en afspraken maken & nakomen met jouw mentor (minimaal 3x per jaar 'live' afspreken, minimaal 1x per maand (telefonisch) gesprek);
- Het lezen van minimaal 1 sportboek (biografie van een sporter, coach of anders sport-gerelateerd);
- Het werven van minimaal 5 nieuwe structurele donateurs voor de Stichting Sporttop;
- Beschikbaar zijn voor het houden van minimaal 1 inhoudelijke presentatie voor relaties van Sporttop;
- Beschikbaar zijn voor het begeleiden van minimaal 1 sportieve clinic voor relaties van Sporttop;
- Het aanleveren van actuele en rechten vrije foto's voor gebruik op sociale kanalen van Sporttop (graag mailen naar mandy@sporttop.nl). In ieder geval 2 portret foto's en 2 actie fotos;

- Het maandelijks leveren van inhoudelijke content voor de social media kanalen van Sporttop, denk hierbij aan vermelding van Sporttop op facebook bij bv een mooie sportprestatie (veelal in overleg en in samenwerking met Bureau Sporttop);
- Het zelf actief benoemen van Sporttop en haar partners in eigen social media kanalen, maar ook het liken en delen van Sporttop berichten op facebook. (maandelijks),
- Het aanleveren van filmpjes en foto's voor en na de wedstrijd per What's App (veelal in overleg en in samenwerking met Bureau Sporttop);
- Mooie quotes per What's App aanleveren bij Bureau Sporttop (deze plaatst wij in Sporttop format o.a op facebook en Instagram);
- Het opstellen en naleven van een Financieel plan voor jouw topsport. Indien van toepassing volgt hieruit een persoonlijke sponsorpropositie, met mogelijke en marktconforme prestaties en tegenprestaties;
- Via bureau Sporttop nemen we korte interviews af en zullen geplaatst worden op www.sporttop.nl en de social media kanalen van Sporttop;

Heb je vragen over jouw inzet op een van bovenstaande punten, neem dan contact op met jouw mentor of bureau@sporttop.nl. Inzet gebeurt altijd in overleg en op momenten die passend zijn in jouw sport-/school schema.

5. Criteria van een mentor

Een mentor bij Sporttop is: zelf oud Olympisch Deelnemer en/óf actief geweest/gepresteerd op een WK. Als mentor van Sporttop ben je bereid en in staat om, in principe zonder materiële tegenprestatie, kennis, ervaring en netwerk te delen met één van de Sporttop- talenten in het bijzonder en de Stichting in het algemeen.

Daarnaast is beschik je als mentor over de volgende kwaliteiten:

- **Betrokken**- je bent oprecht geïnteresseerd in wat jouw talent doet. Je bent bereikbaar en toegankelijk en maakt tijd vrij voor jouw talent.
- **Integer**- jouw talent moet er op kunnen vertrouwen dat alles wat hij/zij tijdens een mentorgesprek aan jou vertelt, als vertrouwelijk wordt behandeld.
- **Onafhankelijk**- je komt als mentor uit een andere tak van sport. Bovendien bemoei jij je niet met de sport-technische kant van jouw talent. Hierdoor ben jij een aanvulling op het begeleidingsteam van jouw talent. Daarnaast heb jij maar één doel en dat is het talent beter maken, het talent staat centraal.
- **Empathisch**- je luistert naar en kunt je daadwerkelijk inleven in de wereld van jouw talent. Elk individu heeft zijn eigen drijfveren en het is van belang om die te ontdekken. Want dan alleen kun jij het talent begrijpen en goed begeleiden bij zijn/haar duurzame ontwikkeling.

Zonder mentoren stelt Sporttop niets voor! Inzet van een mentor is op vrijwillige basis. Echter, vrijwillig is niet vrijblijvend en van beide partijen wordt inzet verwacht. Vertrouwen is een van de belangrijkste dingen in de samenwerking tussen jou en jouw talent. Het is aan jullie om dit samen op te bouwen.

5.1 Wat kan jij als mentor bij Sporttop verwachten?

Mentoren krijgen trainingen aangeboden door 2 vaste trainers van erkend trainingsbureau Leeuwendaal. De trainers zijn al lang verbonden aan Sporttop.

Sporttop heeft samen met Bureau Leeuwendaal een programma ontworpen voor de ontwikkeling van mentor-skills. Het programma is opgebouwd zodat een startende mentor binnen 2 jaar een examen kan afleggen. Na het behalen van dit examen ben je 'gecertificeerd Sporttop Mentor' (zeker iets voor op je CV). Daarna zijn er aanvullende trainingen te volgen.

Jaarlijks is er een aanbod van 12 trainings- avonden. Je schrijft je hier bij de start van het jaar op in. De verwachting is dat je als startend mentor bij minimaal 6 bijeenkomsten aanwezig bent, totdat je het examen hebt gehaald. Daarna word je bij minimaal 4 bijeenkomsten verwacht.

Deze avonden worden door mentoren als zeer waardevol gezien, en daarnaast is het bijzonder om met een club oud-Olympiërs bij elkaar te zijn en kennis en ervaringen te delen. Hier heb je niet alleen als mentor wat aan maar zeker ook als mens en in je werk. Bij de trainingen leren mentoren van de trainer, van je mede mentoren, maar bovenal van zichzelf. Het netwerk van mentoren draagt ook bij om je netwerk

binnen de sportwereld te onderhouden en wellicht te vergroten.

Bureau Sporttop streeft er naar om met meerdere sponsors overeenkomsten te sluiten. Onderdeel van iedere door Sporttop afgesloten sponsorovereenkomst is dat de talenten diensten, producten en/of vergoedingen ontvangen. Als mentor mag jij ook gebruik maken van een aantal van deze overeenkomsten.

- Asics is product sponsor van Sporttop. Dat betekent dat jij als mentor óók Asics producten mag bestellen tegen 50% korting. Stuur een mail naar bureau@sporttop.nl met daarin het artikel, maat, kleur (en 2^e keuze kleur) én adres waarheen de producten verzonden mogen worden.
- Nutrisense/ Powerbar is product sponsor van Sporttop. Jij mag als mentor producten bestellen. Na aanmelding bij het Bureau krijg je via Nutrisense een inlogcode waarmee je tegen 50% korting via de topsport-webshop producten kunt bestellen.
- Skins Compressie kleding is product sponsor van Sporttop. Mentoren mogen producten van Skins (compressiekleding en herstellkleding) bestellen tegen 25% korting. Ook hier geldt voor, dat je een mail met product/kleur/maat bij bureau@sporttop.nl indient.

5.2 Wat verwachten we van jou als mentor

- Minimaal 1x per maand een afspraak met jouw talent;
- Minimaal 3x per jaar een face-to-face afspraak met jouw talent;
- Zelf pro-actief contact onderhouden met jouw talent (dit verwachten we ook van een talent richting de mentor);
- Het bijwonen van minimaal 6 mentor-bijeenkomsten van Leeuwendaal/ Intervisie;
- Het werven van minimaal 5 nieuwe structurele donateurs voor de Stichting Sporttop;
- Beschikbaar zijn voor het houden van minimaal 1 inhoudelijke presentatie voor relaties van Sporttop;
- Beschikbaar zijn voor het begeleiden van minimaal 1 sportieve clinic voor relaties van Sporttop;
- Het aanleveren van actuele en rechten vrije foto's voor gebruik op sociale kanalen van Sporttop (bureau@sporttop.nl), in ieder geval 1 actie foto en 1 portret foto;
- Het leveren van inhoudelijke content voor de social media kanalen van Sporttop;
- mooie quotes aanleveren bij Bureau Sporttop (deze plaatst zij in Sporttop format o.a op facebook en Instagram);
- Het zelf actief benoemen van Sporttop en haar partners in eigen netwerk & social media kanalen, maar ook het liken en delen van Sporttop berichten op facebook.

De hierboven genoemde bijdragen gaan altijd in overleg en afstemming met jouw talent, voorkeur en agenda.

Stappenplan mentor & talent (POP Plan) – aan de slag!

Talent & mentor worden door Bureau Sporttop aan elkaar voorgesteld. Zij zijn daarna zelf verantwoordelijk voor het inplannen van een kennismaking en het vormgeven van hun mentor-traject. Richtlijnen zijn in deze manual beschreven en Sporttop reikt handvaten aan voor deze gesprekken. Mentor en talent zijn zelf verantwoordelijk voor het bouwen van een duurzame relatie.

Sporttop heeft het Persoonlijk Ontwikkel Plan gemaakt als handvat om jaarlijks de voortgang en ontwikkeling van een talent te volgen. Doel is om jaarlijks doelstellingen te formuleren en deze gedurende het jaar te evalueren. Het Persoonlijke Ontwikkelplan is een apart document dat Talent & Mentor ontvangen bij aanvang van de samenwerking, de basis hiervoor zijn de 4 batterijen van Duurzaam Presteren, zoals eerder in deze manual beschreven.

Als mentor kun je ook goed gebruik maken van de kennis en ervaring van andere mentoren. Ga bij hen eens na hoe zij hun mentor-relatie hebben opgebouwd en wat wel/niet werkt bij een talent. De Leeuwendaal trainingen zijn bijeenkomsten waar je kennis met elkaar kunt delen maar ook daarbuiten moedigt Sporttop onderling contact en kennis delen aan.

6. Sporttop organisatie

Adres gegevens Stichting Sporttop

Postadres Postbus 89, 1260 AB Blaricum

Bezoekadres Larenseweg 32, Hilversum

E: bureau@sporttop.nl

W: www.sporttop.nl

Eva Koenders (algemene vragen & koppel coördinatie)

M: +31629022721

E: eva@sporttop.nl

Mandy Doeser (PR, communicatie)

M: +31622002036

E: mandy@sporttop.nl

Daniëlle Mouissie (evenementen)

M: +31616498150

E: danielle@sporttop.nl

Birgit Lempers (koppel coördinatie)

M: +31642203032

E: birgit@sporttop.nl

7. Partners van Sporttop

Deze partners leveren een financiële of andere bijdrage aan de organisatie van Sporttop en het Talentenfonds. Het is belangrijk dat jij als Talent/ Mentor hier van op de hoogte bent. Zonder hen was er immers geen Sporttop! Heb jij in jouw netwerk een partij die een bijdrage wil leveren, laat het ons weten!

Ireks (leverancier PUUR Brood)	JOULZ/ Stedin
ABNAMRO Talent Centraal	TVM Verzekeringen
NOC*NSF	Vrienden Loterij
Modern Media	Nutrisense PowerBar
IMU	Skins Compressiekleding
Bureau Leeuwendaal	Seneca (HAN)
Asics	Hotel Witte Bergen
Dudok Wonen	Aegon

Tot slot, wij zijn enorm trots dat jij bij ons Talent/Mentor bent en samen met jou willen wij met Sporttop een bijdrage leveren aan de ontwikkeling van de Topsport in Nederland. Heb je tips of advies over hoe wij Sporttop beter kunnen maken, laat het ons dan weten via bureau@sporttop.nl

Wij wensen jullie heel veel succes & plezier samen,

Met sportieve groet,



Jochem Uytdehaage

Aandacht voor talent!