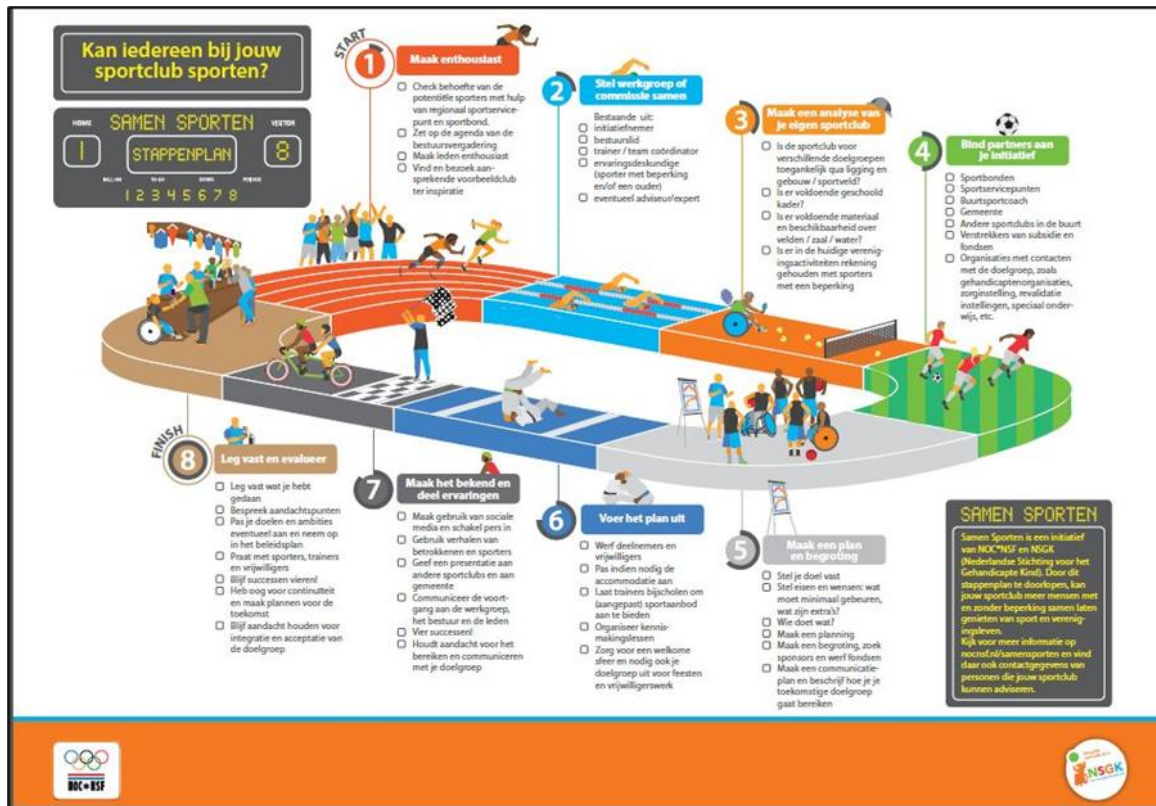


Stappenplan 'Starten met Rolstoeltennis bij een vereniging'



1. Maak enthousiast

Wil jouw vereniging zich openstellen voor rolstoeltennissers, maar leven er nog veel vragen bij de leden, dan is het misschien handig om het vraagstuk eens uitgebreid aan de orde te stellen tijdens een algemene ledenvergadering. Het bestuur kan het standpunt ten aanzien van rolstoeltennis uiteenzetten en misschien kan ook een rolstoeltennisser van de eigen of een naburige vereniging zijn verhaal komen doen. Met goed geïnformeerde leden neemt het draagvlak binnen de vereniging toe.

Kortom:

- ✓ Zet Rolstoeltennis op de agenda van bestuursvergadering en/of Algemene Ledenvergadering (ALV)
- ✓ Bezoek een voorbeeldclub uit de buurt ter inspiratie
- ✓ Nodig een rolstoeltennisser uit om tijdens ALV om zijn/haar verhaal te doen
- ✓ Maak leden enthousiast

2. Stel een werkgroep samen

Stel werkgroep of commissie samen met enthousiaste leden met affiniteit met rolstoeltennis (waaronder trainer, bestuurslid etc.). Betrek een Rolstoeltennisser en/of ouders van een Rolstoeltennisser bij de werkgroep.

3. **Maak een analyse van je club**

Maak een analyse van de huidige situatie binnen je club. Is het park en het clubhuis rolstoel toegankelijk en rolstoelvriendelijk, sluit de baansoort goed aan bij het gebruik voor rolstoeltennis, is er voldoende geschoold kader etc.

➤ **Ideale baansoort voor Rolstoeltennis**

Tennis wordt gespeeld op verschillende ondergronden, variërend van gravel tot (slow) hardcourt. Rolstoeltennissers kunnen op elke baansoort spelen, al zijn er vanuit de rolstoeltennissers wel voorkeuren. Door een verschil in weerstand speelt de ene baansoort prettiger dan de andere. Het is duidelijk dat een harde baan (hardcourt) minder weerstand levert en dus comfortabeler rijdt dan een zachte baan (kunstgras/roodzandkunstgras). Daarom zijn kunstgrasachtige baansoorten minder geschikt voor rolstoeltennis. Bij de voorkeur voor een bepaalde baansoort spelen echter ook andere factoren mee, bijvoorbeeld de balstuit eigenschappen van de baan (hoe hoog stuit de bal op, schiet een bal door of niet). De ene speler houdt van snelle banen, de andere juist niet. Net als bij valide tennis.

Het Instituut voor Sportaccommodaties (tegenwoordig KIWA ISA SPORT) heeft in opdracht van de KNLTB (2003) onderzocht welke banen geschikt zijn voor rolstoeltennis. Het onderzoek heeft aangetoond dat er geen directe negatieve gevolgen zijn voor de kwaliteit van de baan door gebruik van rolstoeltennis. Wel is duidelijk geworden dat een kunstgrasachtig systeem speltechnisch minder de voorkeur geniet vanuit de roller bezien en daardoor als minder geschikt wordt bestempeld. In de **KNLTB brochure baansoorten in beeld** is per baansoort aangegeven of een baan geschikt of minder geschikt is voor rolstoeltennis. Deze brochure is te downloaden van de website www.centrecourt.nl

Gravel/gravel op afschot

Gravel is nog steeds de meest bespeelde baansoort in Nederland. De KNLTB beschouwt gravel ook als de meest wenselijke baansoort om aan te leggen. Gravel is onder andere belangrijk voor de ontwikkeling van spelers en tennis als wedstrijd sport. Voor meer informatie hierover zie de KNLTB brochure Baansoorten in Beeld. Men denkt vaak (onterecht) dat een rolstoel een gravelbaan kan beschadigen. Dat is niet zo. Verenigingen met gravelbanen hoeven zich geen zorgen te maken over beschadiging van de banen en kunnen rolstoeltennissers gewoon als lid accepteren. Alleen als de banen nog niet volledig zijn uitgehard (eerste weken in het voorjaar, na voorjaarsonderhoud), is het af te raden op gravel te rolstoeltennissen. De baan moet wel redelijk hard zijn om er comfortabel op te kunnen rijden. Na een regenbui moeten rollers wachten tot de baan weer voldoende droog is.

(Zand)Kunstgras

Rolstoeltennissers kunnen op kunstgras spelen, maar het is relatief zwaar en daardoor minder plezierig. Ten eerste ligt er zand op de baan. Hoe meer zand, hoe meer weerstand, dus hoe zwaarder de baan rijdt. Daarnaast heeft kunstgras een vezelstructuur die ook weerstand biedt en het rijden bemoeilijkt. Bij spelen op kunstgras heeft de rolstoeltennissers dus meer kracht in de armen nodig om de stoel in beweging te houden. Heeft de vereniging kunstgrasbanen, meldt dit dan altijd als een rolstoeltennissers zich aanmeldt. De keuze blijft aan de speler zelf. Misschien neemt hij of zij de baansoort voor lief omdat vrienden lid zijn, of bijvoorbeeld omdat hij of zij bij een vereniging om de hoek wil spelen. Speltechnisch is kunstgras minder geschikt voor rolstoeltennissers.

Tapijt

In Nederlandse tennishallen liggen regelmatig tapijtbanen. Afhankelijk van het type tapijt (hoog- of laagpollig) wordt de weerstand bepaald en rijdt de baan meer of minder zwaar.

Een korte pool maakt het rijden lichter (minder weerstand), een lange pool juist zwaarder (meer weerstand).

Hardcourt

Hardcourtbanen rijden meestal relatief gemakkelijk. Hoe harder de baan, hoe minder weerstand. Ballen stuiten echter wel weer hoog op. Een zachtere top laag levert meer weerstand en kan het rijden enigszins negatief beïnvloeden.

➤ Fysieke en Sociale Rolstoeltoegankelijkheid

Een tennispark kan in meer of mindere mate rolstoeltoegankelijk worden gemaakt. Volledige rolstoeltoegankelijkheid is natuurlijk het meest wenselijk, maar dat is in de praktijk niet altijd eenvoudig te realiseren.

Voor de fysieke toegankelijkheid adviseert de KNLTB verenigingen bij verbouw, renovatie of nieuwbouw van clubhuis en tennispark gelijk rekening te houden met de rolstoeltoegankelijkheid. Een aanpassing tijdens een geplande verbouwing is minder kostbaar dan een aparte verbouwing naderhand. Staat er voorlopig helemaal geen verbouwing, renovatie of nieuwbouw op de planning, probeer dan om het park zo toegankelijk mogelijk te maken door kleine en relatief goedkope aanpassingen. Zijn er al rolstoeltennissers lid van de vereniging, betrek hen dan bij het opstellen van de plannen. De rolstoeltennisser heeft zelf vaak meer zicht op de problemen dan een valide persoon en is soms ook heel creatief in oplossingen.

Enkele aandachtspunten:

- Zorg voor een gelijkvloerse toegang
- Maak hellingbanen bij relatief kleine hoogteverschillen
- Bestraat of asfalteer onverharde paden
- Zorg voor breed hekwerk op de baan, brede deuren en gangen zonder obstakels
- Creëer een of meerdere invalideparkeerplaatsen
- Zorg voor minimaal één aangepast toilet en/of een aanpast toilet in een rolstoeltoegankelijke kleedruimte

Naast de fysieke toegankelijkheid van de sportvereniging, is ook de sociale toegankelijkheid erg belangrijk. Dit gaat over de omgang met en adequate begeleiding van sporters met een beperking en andere mensen die minder makkelijk mee kunnen komen op sociaal gebied.

Ga hiervoor binnen de vereniging na hoe sporters met een beperking mee kunnen doen met zowel training als wedstrijden - deskundig opgeleide leraren kunnen hierbij helpen - en zorg dat minder valide sporters volledig geaccepteerd worden op de club.

- Zijn er mensen binnen de vereniging (leden/ouders) die affiniteit hebben met de doelgroep? Zijn zij bereid om een bijdrage te leveren aan het realiseren van de plannen? Kan er in de toekomst ook op hen gerekend worden?
- Moet de vereniging tennisleraren aantrekken, ondersteunen of bijscholen?
- Is er in de huidige verenigingsactiviteiten rekening gehouden met mensen de doelgroep? Moet er bijvoorbeeld nagedacht worden over aanpassingen van bepaalde clubactiviteiten zodat ook de sporters met een beperking daaraan deel kunnen nemen?

Meer informatie

Voor uitgebreide informatie over rolstoeltoegankelijkheid verwijzen we naar de [website van NOC*NSF over toegankelijkheid van sportparken](#).

➤ Opleiden van de Tennisleraar

Net als voor valide tennissers geldt ook voor rolstoeltenissers dat training het spelniveau verbetert en de spelvreugde verhoogt. Het is dus van het grootste belang dat de tennisser training krijgt (zeker in het begin) en daar ook plezier aan beleeft.

Bijscholing Rolstoeltennis

De houding van de tennisleraar bepaalt in grote mate of een rolstoeltennisser zijn draai kan vinden bij een vereniging. Als een rolstoeltennisser zich aanmeldt bij een tennisleraar zonder enige ervaring op dit gebied, kan de leraar de uitdaging aangaan en zich in rolstoeltennis gaan verdiepen. De KNLTB verzorgt een bijscholing Rolstoeltennis, waarin tennisleraren de kennis kunnen opdoen die ze nodig hebben om beginnende rolstoeltenissers te trainen. Ook tennisleraren die al enige ervaring hebben maar hun kennis willen uitbreiden, hebben veel aan deze cursus. Elke vereniging(-stennisleraar) zou eigenlijk enige kennis van rolstoeltennis moeten hebben, ook al is er nog geen enkele roller lid. Er kan zich altijd een rolstoeltennisser aanmelden, of een lid van de vereniging kan rolstoelafhankelijk worden. De bijscholing Rolstoeltennis bestaat uit de e-learningmodule en een Praktijkdag Rolstoeltennis. De e-learningmodule bevat veel video's met instructiemateriaal die je direct in jouw lessen kunt gebruiken. Na deze module volgt de **Praktijkdag** Rolstoeltennis en worden er intervisiesessies georganiseerd, deze onderdelen zijn meer gericht op de praktijk. Meer informatie over de bijscholing vind je in [de cursusboeker](#)

4. Bind partners aan je initiatief zoals:

Ga vooral samenwerking aan met partijen die zich bezighouden met (sport voor) mensen met een beperking. Denk aan: buurtsportcoaches, huisartsen, (speciaal) onderwijs, zorg- en welzijnsinstellingen, revalidatiecentra en/of woonvoorzieningen en de gemeente. Ook is contact met andere sportclubs wenselijk, omdat de doelgroep relatief klein is. Zo kunnen kennismakingslessen en het beschikbare aanbod in een regio goed op elkaar afgestemd worden. Daarnaast is het belangrijk om je doelgroep te laten weten dat ze bij jouw vereniging kunnen sporten. Zoek hiervoor samenwerking met organisaties die contact hebben met je doelgroep zoals [Esther Vergeer Foundation](#) en [Uniek Sporten](#).

Ook de KNLTB kan verenigingen verder helpen binnen het [Ontwikkelprogramma Rolstoeltennis](#). Met het ontwikkelprogramma wil de KNLTB samen met verenigingen het rolstoeltennis (verder) ontwikkelen en ondersteunen om zo de internationale status van Nederland als aansprekend en toonaangevend rolstoeltennisland te continueren en te verbeteren. Daarom is in september 2019 het ontwikkelprogramma rolstoeltennis van start gegaan.

5. Maak een plan en begroting

Maak een duidelijk plan met taakverdeling wat je als vereniging wilt gaan aanbieden zoals bijvoorbeeld:

Zorg dat in je plan de volgende zaken terugkomen:

- Stel je doelen vast. Bijvoorbeeld: accommodatie toegankelijk gemaakt; samenwerking gestart met buurtsportcoach; één activiteit opgezet waaraan sporters met en zonder beperking deelnemen.
- Stel vast wat er minimaal nodig is om je doelen te behalen. Maak een lijst van eisen waaraan minimaal voldaan moet zijn en een lijst van wensen die uitgevoerd kunnen worden als tijd en financiën dat toelaten. Maak een overzicht van de rol- en

taakverdeling, wie doet wat? Hierin zijn ook rollen en taken opgenomen van betrokken mensen die niet in de commissie zitten.

- Maak een planning. Stel je deadlines vast en voer go/no go momenten in.
- Maak een communicatieplan, hoe ga je de doelgroep bereiken, hoe ga je aan je leden communiceren over wat je doet?
- Maak een begroting. Het opstarten van Rolstoeltennis aanbod kan mogelijk extra kosten met zich meebrengen. Maak vervolgens een begroting en zoek sponsors (zoals lokale maatschappelijk betrokken partijen). Denk hier ook aan de verschillende beschikbare subsidies. Denk aan:
 - Aanschaf materiaal;
 - Bijscholingen van de tennisleraar;
 - Verbeteren toegankelijkheid;
 - Communicatiekosten.

Daarnaast zijn er specifieke activiteiten die je in je plan kunt meenemen zoals:

Rolstoeltennistraining:

Als rolstoeltennisser kun je meedoen met de gewone training op de vereniging, aparte rolstoeltraining krijgen en/of op een andere locatie trainen. Soms zoeken rolstoeltennissers elkaar op en is een groep rolstoeltennissers lid van één vereniging. Uit praktische overwegingen worden vaak trainingsgroepen geformeerd bij één of enkele verenigingen in de regio. De trainingen worden gegeven door ervaren, gecertificeerde rolstoeltennistrainers en in sommige gevallen ook [financieel ondersteund door de KNLTB](#).

Het organiseren van een open dag of een clinic Rolstoeltennis (Tennis on Tour)

Open dag:

Een open dag is de perfecte manier om potentiële leden te laten kennismaken met rolstoeltennis op jouw vereniging. Je wilt natuurlijk zoveel mogelijk mensen laten weten dat jouw vereniging een open dag organiseert. Om verenigingen te ondersteunen bij het organiseren van een open dag stelt de KNLTB [een draaiboek](#) en [diverse gratis promotiematerialen](#) voor tennis beschikbaar. De posters en flyers kun je heel gemakkelijk voorzien van de eigen verenigingsinformatie.

Evian Tennis on Tour:

Heeft jouw vereniging een speciaal evenement op de planning staan? Ben je nog op zoek naar een leuke invulling van je programma? Evian Tennis on Tour helpt jouw vereniging met de organisatie en maakt er een echt tennisfeest van! Het promotieteam geeft onder andere een clinic, regelt tennismaterialen en zorgt voor leuke tennischallenges.

De clinic rolstoeltennis duurt ongeveer drie uur en wordt verzorgd door (oud)-spelers van de nationale selectie en indien mogelijk een trainer van de KNLTB. Tijdens de clinic nemen de deelnemers zelf plaats in de rolstoel en leren ze om met en tegen rolstoeltennissers te spelen. De deelnemers ervaren dus zelf de sport. Na afloop van de clinic kunnen er eventueel nog vragen gesteld worden aan de spelers.

Meer informatie over Tennis on Tour vind je [hier](#).

Het organiseren van een Rolstoeltennistoernooi of Rolstoeltennis event

Naast vrij spelen op de tennisvereniging kunnen rolstoeltennissers ook competitie of toernooien spelen. Dit geldt ook voor de rolstoeltennissers op jouw vereniging. Het is dus belangrijk om

deze doelgroep een gevarieerd wedstrijd aanbod aan te bieden om de binding met de vereniging te versterken en leden te behouden. Dit kan door bv.

- Het organiseren van een Rolstoeltennis event, zoals een roller/loper evenement
- Het organiseren van een Rolstoelranglijsttoernooi (RRT)
- Het organiseren van Rolstoeltennis onderdelen bij reguliere Open toernooien
- Het organiseren/hosten van een uitwisseling met andere 'Rolstoeltennis' verenigingen

Meer informatie over het organiseren van een toernooi of event vind je [hier](#)

6. Voer het plan uit en zorg afhankelijk van je aanbod voor onderstaande punten:

- Werf deelnemers bijv. via scholen speciaal onderwijs, zorginstellingen eventueel door middel van het organiseren van een clinic of demonstratie
- Zorg voor voldoende vrijwilligers
- Laat trainers en eventueel vrijwilligers bijscholen (ook op medisch gebied, AED cursus etc.)
- Zorg voor het juiste beschikbare materiaal
- Waarborg structurele deelname. Zorg voor een goede sfeer. Het is belangrijk dat er een duidelijk aanspreekpunt binnen de vereniging is voor vragen. Dat kunnen vragen zijn van deelnemers met een beperking of hun ouders, maar ook van bestaande leden zonder beperking die meer willen weten over het aanbod, of van vrijwilligers die vragen hebben over de manier waarop ze het beste met de doelgroep kunnen samenwerken. Het maakt in principe niet uit welke functie deze persoon bekleedt binnen het aangepast sporten, als hij/zij er maar genoeg vanaf weet en het voor de sporters (en ouders van de sporters) duidelijk is bij wie ze terecht kunnen met hun vragen.
- Nodig de sporters uit voor club activiteiten, vrijwilligerswerk etc. Betrek de sporters bij je club!

7. Maak het bekend en deel ervaringen

Heldere communicatie over het sportaanbod voor personen met beperking is een must. De voorlichting is gericht op de eigen leden en vrijwilligers van de club, maar ook op de potentiële nieuwe leden en hun omgeving (familie, vrienden, verzorgers enzovoort). Gebruik hiervoor vooral positieve verhalen en goede voorbeelden van betrokkenen en sporters. Manieren om naar buiten toe te communiceren zijn:

- Social media zoals Facebook, Twitter, Instagram, etc. Zet bijvoorbeeld een foto van het nieuwe team online of laat een aantal leden zich voorstellen.
- Website. Geef al op de homepage duidelijk aan waar informatie te vinden is over het rolstoeltennis aanbod.
- Advertenties of artikelen in regionale kranten, huis-aan-huisbladen en het clubblad.
- Flyers en posters in scholen, buurthuizen, sportclubs, zwembaden en gezondheidscentra.
- Stel ook de regionale sportservicepunten op de hoogte van het rolstoeltennis aanbod op je vereniging. Zo kunnen zij zorgen voor een doorstroom van vraag en aanbod naar de club.
- Mond-tot-mondreclame. De wereld van sporters met een beperking is klein, iedereen kent iedereen. Er is veel onderling contact en dus ook mond-tot-mondreclame. Als je tennisvereniging een plek is waar sporters met een beperking zich thuis voelen, dan is

de kans groot dat je na verloop van tijd meer leden met een beperking mag verwelkomen.

- Manieren om binnen de tennisvereniging te communiceren:
 - Van belang is dat de hele club het initiatief draagt. Het bestuur, het kader en de leden moeten van de plannen op de hoogte gebracht worden en moeten deze plannen steunen. Dit kan bijvoorbeeld door de ontwikkelingen rondom Rolstoeltennis op de agenda van de algemene ledenvergadering (ALV) te plaatsen.
 - Organiseer als vereniging tweejaarlijks of jaarlijks een avond om de ouders te informeren over voortgang, afspraken en jaarplanning, dit geldt voor zowel het reguliere programma als het Rolstoeltennis programma.
 - Gebruik de nieuwsbrief van de vereniging en van de KNLTB
 - Vier successen, maak bekend wat je bereikt voor de doelgroep en sta er met alle leden bij stil. Dit kan door een berichtje in het clubblad, op de website, of door een extra prijs tijdens de nieuwjaarsreceptie

8. Leg vast en evalueer

De continuïteit van het Rolstoeltennisaanbod kan gewaarborgd worden door halfjaarlijks of jaarlijks (onder deelnemers, trainers, betrokkenen) te evalueren wat er wel en niet goed ging. Wat is er gebeurd, wat zijn aandachtspunten? De werkgroep of commissie legt dit idealiter vast in een draaiboek incl. het aantal deelnemers (monitoring). Pas doelen en activiteiten eventueel aan en koppel dit terug aan de leden. Blijf successen vieren en communiceer erover, zodat nieuwe leden blijven komen.

Minstens zo belangrijk als leden werven is leden behouden. Als je leden eenmaal binnen hebt probeer ze dan te behouden door:

- Te letten op de behoefte van de sporters, ga hierover dus duidelijk in gesprek en probeer gezamenlijk aan de behoeftes te voldoen.
- Wees vernieuwend en sta open voor nieuwe ideeën van leden.
- Probeer altijd in mogelijkheden te denken en kets niet meteen een idee af omdat het te duur lijkt. Leg de verantwoordelijkheid om iets nieuws te organiseren ook mede neer bij iemand met een beperking, dat zorgt ook voor extra betrokkenheid