

## High Performance Selectie proces 2023 – 24

### Contents

<b>Revisies.....</b>	<b>2</b>
<b>1    <b>Introductie .....</b></b>	<b>2</b>
<b>2    <b>Doel regatta's voor het seizoen 2024 .....</b></b>	<b>2</b>
2.1    Elite Olympisch .....	3
2.2    Elite niet-Olympisch.....	3
2.3    U23 .....	3
2.4    U19 .....	3
2.5    Beach Sprint.....	3
<b>3    <b>Verplichte selectie evenementen.....</b></b>	<b>4</b>
3.1    2023.....	4
3.2    2024.....	4
<b>4    <b>Evenementen op uitnodiging.....</b></b>	<b>4</b>
<b>5    <b>Nationaal Team Elite Olympisch .....</b></b>	<b>4</b>
5.1    Selectie voor het Nationaal team Elite Olympisch .....	4
5.2    Selectie traject – en procedure i.f.v. de Olympische Spelen .....	5
5.3    Proces criteria voor de selectie procedure Elite Olympisch .....	5
5.4    M1x.....	5
5.5    M2x.....	6
5.6    LM2x .....	7
5.7    W1x.....	7
<b>6    <b>Nationaal team U23, U19 en Elite niet-Olympisch .....</b></b>	<b>8</b>
6.1    Selectie voor het Nationaal team U23, U19 en Elite niet-Olympisch.....	8
6.2    Selectie traject en procedure voor het formeren van ploegen.....	8
6.3    Selectie criteria U19.....	8
EK selectie.....	8
WK selectie.....	8

6.4	Selectie criteria U23.....	9
	WK selectie.....	9
	EK selectie.....	9
	FISU-WK.....	9
6.5	Selectie criteria Beach Sprint.....	9
<b>7</b>	<b>Data bekendmaking selecties .....</b>	<b>9</b>
<b>8</b>	<b>Persoonlijke contributie VRL .....</b>	<b>10</b>
<b>9</b>	<b>Persoonlijke contributie LFA.....</b>	<b>11</b>
<b>10</b>	<b>Norm waarden Nationale Ploeg.....</b>	<b>11</b>

## Revisies

Rev 5: 1e publicatie op 12 Dec 2023

Rev 6: Toevoegingen aan de M1x procedure

Rev 7:

- Aanpassing van sectie 6.2
- Specificering U23 en U19 selectie criteria, toevoegen van sectie 6.3 en 6.4
- Aanpassing datum bekendmaking FOQR (tabel hoofdstuk 7)

Rev 8:

- Aanpassing van sectie 2.5
- Toevoeging van sectie 6.5
- Toevoeging datum van bekendmaking Europese kampioenschappen Beach Sprint in sectie 7

## 1 Introductie

Dit selectieproces 2023-2024 moet worden gezien in samenhang met het [High Performance Framework](#). Dit document beschrijft de beoogde regatta's voor het seizoen 2024, de verplichte selectie-evenementen en de evenementen op uitnodiging.

De selectie voor de Elite Olympische evenementen is anders dan de andere selectieprocessen.

Voor verdere informatie kunt u contact opnemen met de technisch directeuren van VRL of LFA.

## 2 Doel regatta's voor het seizoen 2024

De Topsportcommissie van de KBR / FRBA, met steun van de VRL en LFA Topsportcommissies,

Voorziet om **de snelste ploegen** te selecteren voor de volgende regatta's:

## 2.1 Elite Olympisch

- Memorial Paolo D'Aloja in Piediluco (22-24 March 2024)
- EOQR en EK 25-28 Apr 2024, Szeged (HUN)
- FOQR, 19-21 Mei en WC2, 24-26 Mei, Luzern (SUI)
- Olympische Spelen, 24 Jul-4 Aug 2024, Parijs (FRA)

**Prioriteits boten :** M1x, LM2x and M2x

Andere evenementen, in functie van het Olympische traject:

- Europese Kampioenschappen, 25-28 Apr 2024, Szeged (HUN)
- World Cup II, 24-26 May 2024, Luzern (SUI)

## 2.2 Elite niet-Olympisch

- Wereld kampioenschappen , 18-25 Aug 2024, St Catherines (CAN)

## 2.3 U23

- FISU Wereld kampioenschappen, 4-6 Jul 2024, Rotterdam (NED)
- Wereld kampioenschappen, 18-25 Aug 2024, St Catherines (CAN)
- U23 Europese kampioenschappen, 7-8 Sep 2024, Edirne (TUR)

## 2.4 U19

- U19 Europese kampioenschappen, 1-2 Jun 2024, Kruszwica (POL)
- Wereld kampioenschappen, 18-25 Aug 2024, St Catherines (CAN)

**Prioriteits boten:** JM1x, JW2x

- Coupe de la Jeunesse, 10-11 Aug 2024, Racice (CZE)

## 2.5 Beach Sprint

- Europese kampioenschappen, 21-23 Jun 2024, Gdansk (POL)
- Wereld kampioenschappen, 6-8 Sept 2024, Genua (ITA)

### 3 Verplichte selectie evenementen

Om in aanmerking te komen voor het nationale team moeten roeiers deelnemen aan de volgende evenementen:

#### 3.1 2023

- a. 18 Nov OBIC (2 km ergo test op C2)
- b. 19 Nov Netekanaal (6 km trial in 1x)
- c. 18-21 Dec CPT (critical power test) test batterij (incl. 6 km ergo test)
  - i. Kandidaten voor het nationale team worden uitgenodigd en verplicht om de CPT-test batterij op een vooraf bepaalde locatie uit te voeren
  - ii. Testresultaten moeten vóór 22 Dec 2023 aan de hoofdcoach en technisch directeur worden voorgelegd

#### 3.2 2024

- d. 10 Feb GRS ergo (2 km ergo test)
- e. 10 Mar Seneffe (6 km trial in 1x/2-)
- f. 27-28 Apr Belgisch kampioenschap korte boten (2km regatta in 1x /2-)

**Nota:**

Atleten die in het buitenland zijn gevestigd, moeten dezelfde procedure volgen met betrekking tot het indienen van de [engagementsverklaring](#) en de ergometerscores. Deze atleten zijn niet verplicht om deel te nemen aan de nationale langeafstandsregatta's (zie 1b Netekanaal en 2b Seneffe), maar moeten gedurende het seizoen prestatiegegevens (ergometer) naar de Performance Manager en technisch directeurs sturen om in aanmerking te komen voor selectie.

### 4 Evenementen op uitnodiging

- 11 – 12 Mei 2024 KRSG regatta – geselecteerde boten
- Incrementele inspannings test (VO2 max test)
- Seat racing in 2x/2-

### 5 Nationaal Team Elite Olympisch

#### 5.1 Selectie voor het Nationaal team Elite Olympisch

Atleten die deel uitmaken van de Olympische preselectie (de atleten die deel hebben genomen aan de Wereldkampioenschappen in Belgrado) zijn automatisch toegelaten tot het nationaal team Elite Olympisch en zijn vrijgesteld van de verplichte selectieonderdelen.

Deze selectie zal aangevuld worden met andere atleten die deelgenomen aan de evenementen vermeld onder 3.1:

- OBIC
- Netekanaal
- CPT

Een aparte incrementele inspanningstest moet worden gedaan.

Indien voldaan wordt aan onderstaande criteria zullen deze atleten toegevoegd worden aan het Nationale team Elite

- Minimaal top 3 roeien op Netekanaal 2023
- Minimale *ergometer en* VO<sub>2</sub> max waarden in 2023

	M1x / M2x	LM1x	W1x
Ergometer (min:sec)	<6:00	<6:17	<7:02
VO <sub>2</sub> max (L/min)	>6.0 L.min <sup>-1</sup>	>5.3 L.min <sup>-1</sup>	>4.3 L.min <sup>-1</sup>

## 5.2 Selectie traject – en procedure i.f.v. de Olympische Spelen

De volgende principes werden gehanteerd om tot deze procedure te komen:

1. Optimale prestatie tijdens EOQR en FOQR is prioriteit
2. Eerlijke kansen (maar rekening houdend met de prestaties van 2023 en het proces van 2023)
3. Duidelijke procedure >> geen discussie

## 5.3 Proces criteria voor de selectie procedure Elite Olympisch

De volgende proces criteria zijn van toepassing op de geselecteerde atleten:

- Vóór 31 Dec 2023 de [engagementsverklaring](#) per e-mail ondertekenen en opsturen naar de technisch directeur van de VRL of LFA waartoe de atleet behoort
- Deelname aan Nationaal trainingskamp in Varese (25 Jan-13 Feb)
- Volgen van het trainingsprogramma verzorgd door de Performance Manager van VRL / LFA
- Indien een eigen trainingsprogramma wordt gevolgd, dient de planning/periodisering *zelf* vooraf voorgelegd te worden aan de Performance Manager ter goedkeuring
- Tijdens een Nationaal Trainingskamp wordt het trainingsprogramma verzorgd door VRL / LFA

## 5.4 M1x

Indien er meer dan 1 kandidaat is, zullen er trials worden gehouden begin Maart in Hazewinkel. De trials zullen als volgt worden opgezet:

- 3 x 2000m (1 time trial, 2x race trails) gespreid over 2 of 3 dagen
- De trials zullen uitgevoerd worden in verschillende omstandigheden op de roeibaan
- De exacte data zullen bepaald worden 5 dagen op voorhand

De beslissing wordt genomen op basis van de gemiddelde tijd die geroeid is, zodanig dat:

- Beste gemiddelde tijd = winnaar
- 2<sup>e</sup> tijd = reserve, in geval dat hij binnen de 1.5% van de tijd van de winnaar eindigt

De winnaar en eventuele reserve zullen de volgende regatta's roeien:

Winnaar	Reserve
Piediluco	Piediluco
EOQR	Europees Kampioenschap
FOQR of WC2 Luzern	WC2 Luzern

In het geval eenzelfde roeier wordt geselecteerd in de M1x en M2x (zie paragraaf 5.5), ligt de bevoegdheid bij de FSTC (Federale Sporttechnische Commissie) om de bootsamenstelling te beslissen voor het pakket regatta's aangegeven in de tabellen, met het oog op het maximaliseren van prestaties van Belgische boten op de Olympische Spelen 2024. Deze beslissing zal genomen worden in de week volgend op de M1x trials.

## 5.5 M2x

De combinatie die gestart is tijdens de WK Belgrado wordt niet automatisch geselecteerd voor FOQR. Echter, deze combinatie wordt niet meer gescheiden. Tegen uiterlijk 13 Feb moet een eventuele uitdagende ploeg in de M2x zich kenbaar maken aan de technisch directeurs van VRL / LFA. Indien er een uitdager is, zullen er trials geroeid worden in het weekend van 16-17 maart in Hazewinkel. De opzet van de trials is als volgt:

- 2 x 2000m

De beslissing wordt genomen op basis van de gemiddelde tijd die geroeid is, zodanig dat:

- Beste gemiddelde tijd = Winnaar

De winnaar zal de volgende regatta's roeien:

Winnaar
Piediluco
Europees Kampioenschap
FOQR

## 5.6 LM2x

De combinatie die gestart is tijdens de WK Belgrado wordt geselecteerd voor EOQR en FOQR. De reserve die gestart is tijdens de WK Belgrado blijft en zal blijven meetraineren en volwaardig deel zijn van de Nationale team die zich voorbereid op de EOQR en FOQR. De roeiers moeten vormbehoud tonen middels:

- Ergo tijd 2000m < 3 sec van de persoonlijke besttijd van 2023
- Deelname aan trials (in LM2x) van de M1x tijdens de laatste week van het trainingskamp in Varese (25 Jan-13 Feb) waarbij de tijd maximaal 1.5% onder de snelst geroeide % mag liggen van de GMS trend tijden per boottype, die zijn te vinden in de [selectie tijden WK / EK / Coupe](#)

De volgende regatta's zullen geroeid worden:

Winnaar	Reserve
Piediluco	Piediluco
EOQR	Europees Kampioenschap
FOQR of WC2 Luzern	WC2 Luzern

## 5.7 W1x

Indien er meer dan 1 kandidaat is, zullen er trials worden gehouden tijdens de laatste week van het trainingskamp in Varese (25 Jan-13 Feb). De trials zullen als volgt worden opgezet:

- 3 x 2000m (1 time trial, 2x race trails) gespreid over 2 of 3 dagen
- De trials zullen uitgevoerd worden in verschillende omstandigheden op de roeibaan
- De exacte data zullen bepaald worden 5 dagen op voorhand

De beslissing wordt genomen op basis van de gemiddelde tijd die geroeid is, zodanig dat:

- Beste gemiddelde tijd = winnaar

De winnaar zal de volgende regatta's roeien:

Winnaar
Piediluco
Europees Kampioenschap *
FOQR

\*In geval dat de reserve roeier wordt ingezet in de M1x of LM2x tijdens het EOQR, zal de W1x ook deelnemen aan EOQR.

## 6 Nationaal team U23, U19 en Elite niet-Olympisch

### 6.1 Selectie voor het Nationaal team U23, U19 en Elite niet-Olympisch

Atleten die willen deel uitmaken van het Nationaal team dienen aan volgende criteria te voldoen:

- Deelname aan de verplichte selectie evenementen vermeld onder 3.1 en 3.2.
- Vóór 31 Dec 2023 de [engagementsverklaring](#) per e-mail ondertekenen en opsturen naar de technisch directeur van de VRL of LFA waartoe de atleet behoort
- Atleten kunnen geselecteerd worden voor het Nationale Team of Seat Racing op uitnodiging van de performance manager en technisch directeurs als vertegenwoordiger van de topsport commissies
- De prestaties van de atleten of ploegen worden afgetoetst aan de [Belgische Selectietijden](#). Deze tijden zijn gepubliceerd op de websites van VRL en LFA

### 6.2 Selectie traject en procedure voor het formeren van ploegen

Gedurende de periode November 23 - Mei 24 worden ploegen geformeerd met als doel te testen of deze de [Belgische Selectietijden](#) kunnen behalen. Het vormen van ploegen zal gebeuren op basis van de aanwezig test data en progressie van de roeiers doorheen het seizoen.

Als de geformeerde ploegen nog niet compleet zijn bij het BK Kort, dan zal de selectie verder als volgt gebeuren:

- Op basis van de prestaties tijdens de BK Korte Boten zullen de top 4 / 6 / 8 uitgenodigd worden voor seat races in 2x's
- Op basis van de resultaten van de BK Korte Boten en de eventuele seat races zal de nationale selectie boten worden samengesteld
- De snelste combinatie zal worden geselecteerd om in deze combinatie uit te komen op de doel regatta's zoals bepaald onder 2.3 U23, 2.4 U19 en 2.2 Elite niet-Olympisch

De finale beslissing voor het bevestigen van de samenstelling van de ploegen voor het pakket regatta's aangegeven in de tabellen ligt bij de FSTC (Federale Sporttechnische Commissie), met het oog op het maximaliseren van prestaties van Belgische boten op internationaal niveau in 2024.

### 6.3 Selectie criteria U19

#### EK selectie

- Behalen van de EK U19 selectie tijden (= +3% tov GMS)
  - EN
- Engagement voor een continuering richting U23 en vervolgens Elite topsport traject

#### WK selectie

- Behalen van de WK U19 selectie tijden (= +2% tov GMS)



- EN
- Top 3 bij het EK is selectie voor het WK, top 4-7 is deliberatie
  - EN
- Engagement voor een continuering richting U23 en vervolgens Elite topsport traject

#### 6.4 Selectie criteria U23

##### WK selectie

- Behalen van de WK U23 selectie tijden (= +3% tov GMS)
  - EN
- Engagement voor een continuering richting Elite topsport traject

##### EK selectie

- Behalen van de EK U23 selectie tijden (= +5% tov GMS)
  - EN
- Engagement voor een continuering richting Elite topsport traject
  - EN
- 100% doortraineren tijdens de zomer

##### FISU-WK

- Ploegen die selectie tijden voor WK of EK behaald hebben
  - OF
- Behalen van de FISU-WK selectie tijden (= +6% tov GMS), te behalen ten laatste tijdens HB
  - OF
- Volledig op eigen kosten en organisatie

#### 6.5 Selectie criteria Beach Sprint

- Meedoen en winnen van de Nationale Trials op zaterdag 4 en zondag 5 mei 2024 in solo en/of dubbel mixed
- Finale selectie gebeurt door de Federale Sport Technische Commissie
- De onkosten van uitzending zijn volledig voor de atleten

## 7 Data bekendmaking selecties

De volgende data zijn vastgesteld voor de bekendmaking van de selecties voor volgende evenementen. Wijzigingen in de selectie zijn mogelijk.

Categorie	Evenement	Bekendmaking
Elite Olympisch	EOQR, 25-28 Apr 2024, Szeged (HUN)	6 Mrt 2024
	FOQR, 19-21 Mei, Luzern (SUI)	30 Apr 2024

	Olympische Spelen, 24 Jul-4 Aug 2024, Parijs (FRA)	Afhankelijk van het BOIC
<b>Elite niet-Olympisch</b>	Wereld Kampioenschappen, 18-25 Aug 2024, St Catherines (CAN)	9 Jul 2024
<b>U23</b>	FISU Wereld Kampioenschappen, 4-6 Jul 2024, Rotterdam (NED)	3 Jun 2024 (set by FISU)
	Wereld Kampioenschappen, 18-25 Aug 2024, St Catherines (CAN)	9 Jul 2024
	U23 Europese Kampioenschappen, 7-8 Sept 2024, Edirne (TUR)	27 Aug 2024
<b>U19</b>	Europese kampioenschappen, 1-2 Jun 2024, Kruszwica (POL)	30 April 2024
	Wereld Kampioenschappen, 18-25 Aug 2024, St Catherines (CAN)	9 Jul 2024
	Coupe de la Jeunesse, 10-11 Aug 2024, Racice (CZE)	9 Jul 2024
<b>Beach Sprint</b>	Europese kampioenschappen 21-23 Jun, Gdansk (POL)	6 Mai 2024

## 8 Persoonlijke contributie VRL

Tijdens trainingskampen en regatta's wordt voor eten, huisvesting en indien in het buitenland voor vervoer gezorgd. Om de vaak hoge kosten op te vangen wordt een eigen financiële bijdrage aan de sporter gevraagd als hij/zij wordt uitgenodigd voor deelname aan meerdaagse trainingskampen of regatta's inclusief slapen. De volgende tarieven gelden per persoon per dag:

Event	Stage België	Stage buitenland	Regatta buitenland
U19 Coupe	20 €	40 €	60 €
U19 Europese / Wereld Kampioenschappen	20 €	40 €	-
U23 Europese / Wereld Kampioenschappen	20 €	40 €	-
Elite	-	-	-

Indien een U23-atleet wordt geselecteerd voor Elite stage of regatta, wordt hij/zij behandeld als 'Elite'

## 9 Persoonlijke contributie LFA

Voor de LFA worden afhankelijk van specifieke situaties persoonlijke bijdragen door de technisch directeur bekend gemaakt.

## 10 Norm waarden Nationale Ploeg

Vanuit de VRL en LFA werden antropometrische, fysieke (uithouding, kracht) en roei technische referentiewaarden opgesteld voor de ontwikkelingslijn van roeiers in functie van het behalen van een Top 8 op WK/Olympische Spelen. Deze referentiewaarden werden gegenereerd uit wetenschappelijke publicaties, normwaarden binnen andere landen en eigen historische data. Roeiers die in aanmerking komen voor de Nationale Ploeg zullen per leeftijdscategorie getoetst worden aan deze normwaarden, enerzijds als momentopname om het prestatieprofiel op te stellen, en anderzijds om de evolutie van de roeiers overheen verschillende jaren te kunnen evalueren.

Hierbij dient de kanttekening gemaakt te worden dat het voldoen aan deze criteria geen 'pass or fail' betekent. Indien aan alle normwaarden voldaan wordt, betekent dit automatisch dat de betrokken roeier opgenomen wordt in de Nationale Ploeg. Echter, wanneer niet aan alle normwaarden voldaan wordt (wat veelvuldig zal voorvallen), zal het volledig profiel van de atleet bekeken worden, en op basis hiervan zal deliberatie plaatsvinden.

De norm waarden staan voor mannen en vrouwen hieronder weergegeven in figuur 1.

MEN									
Age	ANTHROPOMETRICS		PHYSICAL						BOAT
	Body Weight	Body Height	VO2max		Pmax	1RM Squat	1RM Bench Pull	Ergo	Season Best Boat
	(kg)	(m)	(L/min)	(ml/min/kg)	(Watt)	(%BW)	(%BW)	(min:s)	(min:s)
15	70	1.80	4.5	67.5	380	1.0	0.8	6:45	7:35
16	72	1.82	4.7	67.5	410	1.1	0.85	6:35	7:25
17	74	1.84	4.9	70	435	1.15	0.9	6:25	7:18
18	76	1.85	5.2	70	455	1.25	0.97	6:18	7:11
19-20	78	1.85	5.6	70	475	1.4	1.05	6:10	7:05
21-22	83	1.86	6.0	70	500	1.6	1.2	6:04	6:56
23-26	86	1.86	6.2	70	510	1.7	1.25	5:57	6:50
>26	87	1.86	6.3	70	530	1.7	1.25	5:54	6:45

  

WOMEN									
Age	ANTHROPOMETRICS		PHYSICAL						BOAT
	Body Weight	Body Height	VO2max		Pmax	1RM Squat	1RM Bench Pull	Ergo	Season Best Boat
	(kg)	(m)	(L/min)	(ml/min/kg)	(Watt)	(%BW)	(%BW)	(min:s)	(min:s)
15	62	173	3.4	57.5	270	0.9	0.75	7:45	8:20
16	64	174	3.55	58.5	285	1.0	0.8	7:35	8:10
17	65.5	175	3.7	60	300	1.1	0.85	7:25	8:00
18	67	176	3.9	60	315	1.2	0.9	7:17	7:53
19-20	69	179	4.1	60	340	1.35	1.0	7:09	7:47
21-22	71	179	4.3	60	375	1.5	1.15	6:56	7:37
23-26	73	179	4.5	60	405	1.6	1.20	6:50	7:30
>26	73	179	4.6	60	430	1.7	1.25	6:47	7:25

Figuur 1: Normwaardentabel