|  |  |
| --- | --- |
| 08.00 – 09.00 | **Ontvangst en registratie** |
|  |  |
| 09.00 – 09.10 | **Opening**Dagvoorzitter*Tom van ’t Hek;* Radiopresentator en voormalig tophockeyer & bondscoach dames hockeyelftal *Mike Hogervorst; voorzitter Nederlandse Vereniging voor Traumachirurgie**Ger van Olden; voorzitter congrescommissie 9e Sportcongres* |
|  | **SESSIE 1 : Voorbereiding op Tokyo** |
| 09.10 – 09.30 | **Trainen naar uiteindelijke selectie***Pierre Verkroost;* Krachtsporttrainer, Sportcentrum Waalsport Oosterhout |
| 09.30 – 09.50 | **Hitteplan “Voorbereidingen op de hitte in Tokyo”***Kamiel Maasse;* Performance Manager Sport Science & Innovation bij NOC\*NSF  |
| 09.50 – 10.30 | **Wat betekende Covid in de voorbereiding? “Hoe Corona bijna roet in de spelen gooide”***Maarten Moen;* sportarts Bergman Clinics |
|  |  |
| 10.30 – 11.00 | **PAUZE en bezoek aan bedrijven** |
|   |  |
|  | **SESSIE 2 : Blessure leed** |
| 11.00– 11.15 | **Articulair letsel bij topsporters***Micha Holla;* Orthopeed, Radboud UMC Nijmegen |
| 11.15 – 11.30 | **Ligamentair letsel bij topsporters***Ger van Olden;* Traumachirurg, MeanderMedisch Centrum Amersfoort |
| 11.30 – 11.45 | **Achillespeesrupturen, wel of niet opereren?** *Yassine Ochen;* chirurg in opleiding, st. Antonius MC Utrecht |
| 12.05 – 12.20 | **Ossale pathologie bij topsporters***Henk Formijne Jonkers;* Traumachirurg, OLVG Amsterdam |
| 12.00 – 12.15 | **Distale radius fracturen en posttraumatische afwijkingen***Niels Schep; Maasstad* ZH Rotterdam |
|  |  |
| 12.15 – 13.30 | **LUNCH en bezoek aan bedrijven** |
|  |  |
|  | **SESSIE 3 : Innovaties** |
| 13.30 – 13.45 | **Blood flow restriction training “Een nieuwe buitengewone trainingsmethode”***Thomas Hamersma; fysiotherapeut AFC Ajax Amsterdam* |
| 13.45-14.05 | **Voeding & Supplementen “Wat is nieuw in sportvoeding?”***Luc van Loon* |
| 14.05-14.20 | **High tech Innovatie in het wielrennen “Wat is nieuw in het wielrennen?”** *Mathieu Heijboer; head of performance – team Jumbo-Visma* |
| 14.20 – 14.30 | Laatste Nieuws |
|  |  |
| 14.30 – 15.00 | **PAUZE en bezoek aan bedrijven** |
|  |  |
|  | **SESSIE 4 : Organisatie Topsport (ers)** |
|  |  |
| 15.00 – 15.15 | **Interview sporters**, door Tom van t Hek*Lindsay van Zundert – kunstrijder (onder voorbehoud)* |
| 15.15 – 15.30 | **Interview Pieter van der Hoogenband**, chef de mission (onder voorbehoud)door Tom van t Hek |
| 15.30 – 15.45 | **Forumdiscussie met Medische staf OS Tokyo***Peter Verstappen, chef-arts Tokyo**Cees Rein van der Hoogenband, voorzitter Sports Medicine Committee FINA* |
|  |  |
| 15.45 – 16.00 | Finale en resultaten |
| 16.00 – 16.30 | Afsluiting door Mike Hogervorst, voorzitter Nederlandse Vereniging voor Traumachirurgie |
| 16.30 – 17.30 | One for the Road ! |