



Resultaten pilotonderzoek Voetbalfit



Evaluatie van het Voetbalfit programma
Onderzoek onder (jeugd)trainers

September 2020 t/m januari 2021:

142 trainers aangemeld voor gebruik Voetbalfit, 63 trainers van 42 clubs gestart met onderzoek

September 2020

Vragenlijst 1 (V1)

Oktober 2020

Vragenlijst 2 (V2)

December 2020

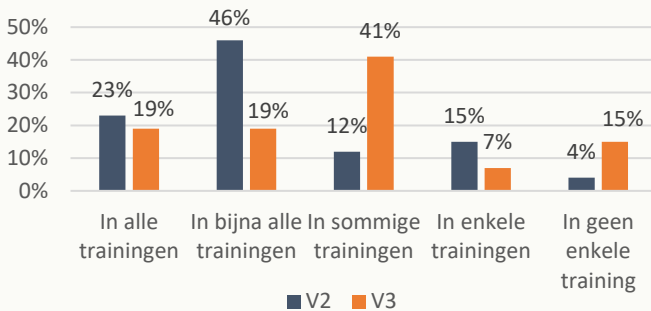
Vragenlijst 3 (V3)

Januari 2021

Interviews

Gebruik

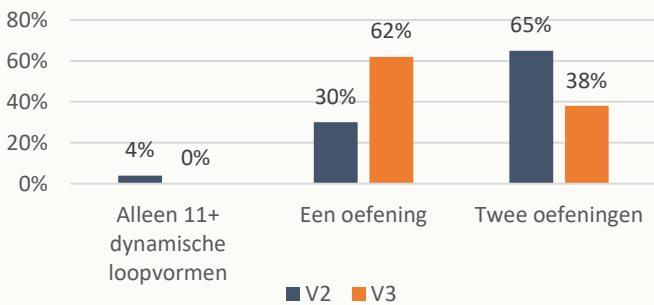
Frequentie gebruik Voetbalfit



Gemiddelde tijdsbesteding Voetbalfit

17,4 min. (V2), 14,7 min. (V3)

Aantal Voetbalfit oefeningen per training

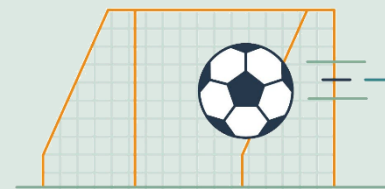
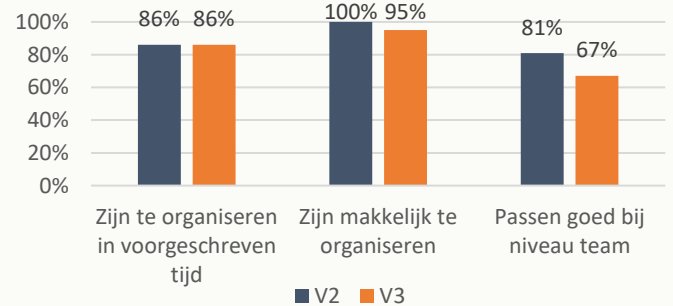


- Trainers gingen steeds meer 'shoppen' in oefeningen, schema geleidelijk minder gevolgd
- Trainers deden vaak (kleine) aanpassingen aan oefeningen voor betere aansluiting met team

Tevredenheid

Algemeen	Gemiddelde cijfers Uitvoerbaarheid oefeningen	Gebruiks- vriendelijkheid Rinus
7,8	8,0	8,4

De Voetbalfit oefeningen...



Trainers noemden algemene verbeterpunten (zie 'belemmerende factoren gebruik'). Geen aanpassingen in specifieke oefeningen nodig.

Bevorderende (+) en belemmerende (-) factoren voor gebruik*

+
 Voorkomen blessures
 Aangeboden via Rinus
 (gebruiksvriendelijkheid, uitleg oefeningen duidelijk)
 Oefeningen makkelijk toe te passen
 Spelers positief

+/-
 Statistisch oefeningen wat saai, maar wel belangrijk

-
 Tijdsduur (bij uur trainen)
 Gebrek afstemming jaargetijde
 Doel oefeningen niet altijd duidelijk
 Gebrek aansluiting team (bijv. leeftijd spelers)

*Meest belangrijke factoren uitgelicht

Deze factoren zijn meegenomen in optimaliseren van Voetbalfit