**Mijn Sportcarrière**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | P | O |
| Sport: | Oriëntaties | Competenties | Capaciteiten | Micro | Meso | Macro |
| Zwemles±2002-2003 |  |  |  |  |  |  |
| Turnen±2003-2004 | Het leek mij erg leuk omdat mijn zus het ook deed |  | Ik was absoluut niet lenig en had geen voorruitgang | Ik ben begonnen met turnenomdat mijn zus het ook deed |  |  |
| Tennis ±2004-heden | Ik ging bijna altijd mee naar wedstrijden van mijn zus, daarom vond ik het ook steeds leuker worden |  | Ik heb de laatste jaren aan veeltoernooien meegedaan en hebin meerdere finales gestaan | Ik ben begonnen met turnenomdat mijn zus het ook deed |  |  |
| Tennis-kamp club2004-2012 |  |  | Ik heb de laatste jaren vooral als begeleider gefungeerd |  | We gingen jaarlijks met de club op kamp |  |
| Fitness2007&2008 |  |  |  | Ik ben samen met mijn ouders tot de overeenstemming gekomen om mij te laten fitnessen, omdat ik op dat moment behoorlijk dik was |  | Er kwam een nieuw fitness gebouw in het dorp, wat ons het idee gaf om daar te gaan sporten |
| Spinning2008 | Ik ben er aan begonnen om mijn conditie op peil te houden |  |  |  | Ik wilde dit proberen nadat we het een keer met school hadden gedaan |  |
| Tennis-kamp recreatief2007&2008 |  | Ik wilde op een speciaal tennis-kamp omdat ik er veel lol in had |  |  |  |  |
| Tennis-kamp prestatief2009&2010 |  | Ik wilde mijn tennis vaardigheden verbeteren door op eenprestatief kamp te gaan |  |  |  |  |
| Wielrennen±2009- heden | Nadat ik de Tour voor mijn hotelin Frankrijk voorbij zag gaan, wilde ik ook gaan wielrennen |  |  |  |  |  |
| Waterpolo2010-heden |  |  | Toen ik begon mocht ik al gauw met wedstrijden meedoen, omdat mijn balgevoel op hoog niveau was | Ik ben met waterpolo begonnenomdat vrienden het ook deden |  |  |