

## CV met betrekking tot sport deel I.

Ton Leenders

[www.TonLeenders.nl](http://www.TonLeenders.nl)

- 1980-1994 Wedstrijdsport Olympisch Gewichtheffen. 11 nat. titels en 13 records.  
Wereldranglijst 16<sup>e</sup>  
Beste prestaties: Trekken 155 en Stoten 185kg. In deze periode heb ik ervaring opgedaan met de internationale topsport. Mn. in de internationale trainingskampen in Oost Europa.
- 1980-1995 Begeleiding van individuele sporters: Gewichtheffen, Worstelen, Atletiek (Werpers en middenafstanden), Powerlifting, Wielrennen, Judo, Volleybal, etc.
- 1987-1996 Docent bij de KNAU (atletiek) opleidingen. Krachttraining + Trainingsleer.  
Examinator trainer/coach opleidingen.
- 1987- Intensieve samenwerking met Dr. J.A.Vos (inspanningsfysioloog sinds 1963) resulteert o.a. in een vijftal software programma's van mijn hand m.b.t. registratie, online meting en verwerking van meetgegevens uit inspannings- fysiologische testen volgens J.Vos. De software wordt gebruikt in de medische en paramedische wereld, de (top)sport, en diverse opleidingen zoals het CIOS.
- 1988-1994 Verbonden aan resp. Moers (1 jaar) en Duisburg (5 jaar) in de Duitse club competitie.
- 1989-1993 Werkzaam bij het CTF (Centrum Trainingsbegeleiding en Fitness) van het Canisius Wilhelmina Ziekenhuis te Nijmegen. Sportrevalidatie en Training.
- 1993-1997 Reeks van artikelen training en prestatie in RSG. Richting (onderwijs) en Sport Gericht.
- 1994- Docent voor het N.P.I. (Ned. Paramedisch Instituut - scholing paramedici)  
Cursussen: Rugscholing, Testen en meten, Krachttraining / trainingsleer,  
Sportrevalidatie 1<sup>e</sup> fase  
Sportrevalidatie 2<sup>e</sup> fase (praktijk)
- 1997-1999 VOCASA (Nijmegen) promoveert naar de eredivisie Volleybal.  
Teammanager en krachttrainer.
- 1998- Het artikel 'Volleybal en Krachttraining. Balast of rendement?' verschijnt in:  
Issue (fysiotherapie), VolleyTechno, The Coach (Int.), Sport Gericht en het blad van de Duitse Volleybalbond.
- 1998-2000 Docent Opleidingen Sportfysiotherapie en Sportfysio-consultant: Krachttraining, trainingsleer. Hoge school Utrecht.
- 1998-2000 Verbintenis met de SANEX schaatsploeg, begeleiding van de training in de zomerperiode.
- 1999-2001 Krachttrainer bij VREVOK (Nieuwegein). Landskampioen volleybal 2000/2001.
- 1999-2000 Adviseur (kracht)training voor de golfploeg rond M. Lafeber.
- 1999-2002 Kracht en conditie trainer volleybal OMNI World - Almere
- 1999-2004 Verbintenis met T.V.N. (Top Volleybal Nederland).  
Algehele fysieke vorming alle topteams.
- 2000-2005 Kracht en conditie trainer Basketbal OMNI World - Almere

T.Leenders – Nijmegen

## CV met betrekking tot sport deel II.

Ton Leenders

[www.TonLeenders.nl](http://www.TonLeenders.nl)

- 2000-2004 Docent Hogeschool Arnhem-Nijmegen (HAN) in de scholing van diëtisten: Sport en Voeding.
- 2000 Het NOC/NSF geeft in het kader van hun BOK projecten het boekje 'Specifieke Krachttraining voor Volleybal' uit.
- 2000-2002 Verbintenis met de TVM schaatsploeg m.b.t. (kracht)training, voeding en suppletie.
- 2000-2005 Krachttraining van de Ned. Selectie (mannen en vrouwen) Beach Volleybal.
- 2001-2006 Krachttraining Ned. Selectie=s (mannen en vrouwen, jeugd) Waterpolo.
- 2002-2003 Krachttraining, voeding en suppletie SpaarSelect Schaatsploeg
- 2003-2004 Krachttraining, voeding en suppletie Sponsor Bingo Lotterij Schaatsploeg
- 2003-2004 Adviseur krachttraining en suppletie VPZ Schaatsploeg
- 2004-2009 Kracht- looptraining voor de NBB (Ned. Basketbal Bond) Nationaal team dames.
- 2004- Algemene fysieke training / voeding, jeugd Tennis talenten.
- 2005-2007 Krachttraining Ned. Schermselectie (Floret)
- 2005-2009 Advies voeding en prestatie voor Stichting TopJudo Nijmegen (STJN).
- 2005 Serie artikelen over training, voeding en prestatie in Intern. Speedskating – Tijdschrift.
- 2005 Serie artikelen over training, voeding en prestatie in SportGericht – Tijdschrift.
- 2005-2011 Docent CIOS Sittard – vrije halter training.
- 2005-2007 Kracht- conditietraining voor Binnenland, Basketbal dames te Barendrecht.
- 2006-2009 Krachttraining, voeding en suppletie DSB Schaatsploeg.
- 2006- Krachttraining, voeding, looptrainingen individuele topsporters: Shorttrack, Gewichtheffen, Basketbal, Volleybal, Voetbal, Tennis.
- 2006-2007 Kracht- conditie training Nijmeegse Basketbal, Matrixx Magixx.
- 2006-2008 Cursussen, voeding en presteren voor Int. Academy for Physical Training (SportPartners)
- 2007-2009 Kracht en conditie trainingen Volleybal Nijmegen VOCASA Dames 1 en Heren 1
- 2007-2008 Voeding begeleiding Basketbal Delft
- 2007-2009 Krachttraining STJN (Stichting Top Judo Nijmegen)
- 2008- Ned. Paramedisch. Instituut. Eigen Cursus: "Training in de Topsport" voor fysiotherapeuten en trainers.
- 2008- Individuele trainingbegeleiding topsporters regio Nijmegen  
Basketbal – Handbal – Hockey – Volleybal – Tennis – Atletiek – Shorttrack – Skeeler – Judo – Roeien – Vechtsporten – Wielrennen – Schaatsen
- 2008-2009 Begeleiding / training U16 Basketbal meisjes – Batouwe
- 2008-2014 Krachttraining en voeding Nederlandse BobSlee Team van Calker
- 2008-2010 Fysiek trainer jeugdopleidingen en Dames Team sc-Heerenveen betaald Voetbal
- 2009-2010 Voedingspecialist betaald Voetbal – sc-Heerenveen
- 2009-2010 Fysiek trainer Heerenveen betaald Voetbal (alle teams)

T.Leenders – Nijmegen

## CV met betrekking tot sport deel III.

Ton Leenders

[www.TonLeenders.nl](http://www.TonLeenders.nl)

- 2009-2012 Krachttraining, voeding en suppletie Control (Orie) schaatsploeg.
- 2010-2012 Gast docent HAN (Hoge School Arnhem Nijmegen) Sport en Bewegings Studies
- 2010-2012 Kr-trainer CTO (Centrum Training en Opleiding) Heerenveen Dames TopTurnen
- 2011-2014 Start fysieke training en Voeding / Suppletie Turnen Almelo
- 2010-2011 Kracht- conditietraining Nijmeegse Basketbal, Magixx
- 2011-2012 Voeding & Suppletie begeleiding diverse Turnsters Heerenveen.
- 2010-2013 Krachttraining / Voeding Turnen Almelo. Dames TopTurnen
- 2011-2011 Krachttraining Pro-Patria Turnen Zoetermeer - Dames
- 2011-2014 Krachttraining / Voedingbegeleiding BobTeam van Calker
- 2011-2013 Krachttraining Volleybal Twente - mannen
- 2012-2013 Krachttraining voor: Nevobo Volleybal U16 meisjes regio Oost Nederland
- 2012-2014 Krachttraining en Voeding / Suppletie Brand Loyalty prof team. Schaatsen
- 2012-2014 Krachttraining en Voeding / Suppletie Danone-ACTIVA prof team. Schaatsen
- 2012- Start individueel opleidingstraject voor Fysiotherapeuten - Revalidatie
- 2012-2013 Krachttraining Arvevo Arnhem - Volleybal mannen
- 2013- Workshops voor CrossFit.
- 2013- Turnen: Start TurnTeam met de familie Wevers: [SanneLieke.NL](http://SanneLieke.NL)
- 2013- Docent ROC Ede - Gelderland - Voeding & Gezondheid
- 2013-2014 Opnieuw: Kracht-Training Nijmeegse Basketbal, Magixx
- 2013-2014 Krachttraining VCV - Volleybal Veenendaal
- 2013- Start Praktische Haltertraining cursussen: [HalterTraining.NL](http://HalterTraining.NL)
- 2014- Docent HAN (Hoge School Arnhem Nijmegen) Master Sportfysiotherapie
- 2014- Training, Voeding, Suppletie [Team LottoNL-Jumbo](http://TeamLottoNL-Jumbo) Prof team. Schaatsen (Wielrennen)
- 2014-2015 Wielrennen Wegprogramma Para Cycling
- 2014 Start [Movement Efficiency Trainers](http://MovementEfficiencyTrainers) collectief: [ME Trainers](http://METrainers)
- 2014-2015 Start begeleiding in nieuwe sporten: Hockey, Handbal
- 2014- Training Tennisjeugd in Utrecht
- 2015- Docent MBO -Sportacademie Utrecht – Voeding
- 2015- Start met BaanWielrennen – Laurine van Riessen [Matrix Pro Cycling](http://MatrixProCycling)
- 2016- [M-E Training](http://M-ETraining) en [T-LOR](http://T-LOR) concept bij verstandelijk gehandicapten
- 2016- Fysieke training schermen jeugd.
- 2016- Start met Prof. Weg Wielrenners. [Team LottoNL-Jumbo](http://TeamLottoNL-Jumbo)