

“Het RTC heeft zeker weten bijgedragen aan het feit dat ik nu bij U16 zit!”



Naam: Donna Bakker

Leeftijd: 16 jaar

Club: VOC Amsterdam

RTC: RTC Noord-West

Sinds wanneer train je bij een RTC?

“Ik train op dit moment niet meer bij een RTC maar ik heb in het seizoen 2018-2019 bij de RTC getraind.”

Hoe kom je bij een RTC terecht?

“Bij mij was het via de handbalschool. Ik zat op dat moment bij Handbalschool Noord-Holland en uiteindelijk kregen wij een mailtje dat er een selectie werd gemaakt van meiden die waren ingedeeld bij de RTC.”

Hoeveel dagen in de week train je bij een RTC?

“Dat verschilt per RTC. Bij mijn RTC (RTC Noord-West) trainde ik 2x in de week, op maandagmiddag en woensdagochtend maar ik weet van bijvoorbeeld RTC Brabant en Limburg dat zij 3x of vaker per week trainen.”

Kun je wat meer vertellen over het RTC waar je traint?

“Bij het RTC trainde ik met een klein groepje meiden die nog kans hadden op een Oranje selectie (zowel U16 als U18). We trainden eerst altijd op de maandagochtend om 07.00 in Sporthal de Opperdam in Volendam. Dit was omdat de meiden uit verschillende steden kwamen en Volendam in het midden lag zodat de reistijd voor iedereen zo klein mogelijk bleef. Later werd het omgegooid en kwam er op maandagmiddag een krachtraining en op woensdagochtend een baltraining. Ik heb veel geleerd van de trainer die ik had op het RTC. De training die we kregen op het RTC was vooral gericht op je eigen ontwikkeling.”

Wat zijn de voordelen aan een RTC?

“De voordelen voor mij zelf waren de focus op mijn individuele ontwikkeling en zeker ook dat je leuke meiden leert kennen.”

Wat is het verschil tussen een RTC en een handbalschool?

“Ten eerste is op een handbalschool de groep vaak vele malen groter. Verder gaat het RTC gericht aan de slag met het individu en je eigen ontwikkeling. Het RTC is ook vooral gericht op de meiden en jongens die kans hebben op een Oranje selectie. Bij de handbalschool train je zowel met jongens als meisjes die wel of niet bij een Oranje selectie willen of kunnen komen.”

Wat heeft het RTC jou gebracht?

“Het RTC heeft zeker weten bijgedragen aan het feit dat ik nu bij U16 zit! Dit is iets waar ik onwijs blij mee ben. Ook heeft het mij natuurlijk een hele goede ontwikkeling opgeleverd.”

Wat zijn jou dromen voor de toekomst?

“Over 2 jaar hoop ik bij VOC in de eredivisie te spelen en nog steeds bij een Oranje selectie te zitten. Ik hoop ook dat ik veel leuke tripjes met Oranje kan maken en nog veel meer leuke mensen kan leren kennen. Mijn droom is al heel lang om het Nederlands A team te halen en uiteindelijk in het buitenland te mogen spelen (het liefst bij Györi Audi ETO KC).”

Wat wil je zeggen tegen diegene die nog twijfelen over hun keuze voor een RTC?

Dat als je de kans hebt om naar een RTC te gaan, je zeker weten de kans moet grijpen! Ik heb het RTC als zeer prettig ervaren en ik zou het ook zeker weten aanraden om je in te schrijven bij een handbalschool in de buurt.