



---

# Meerjaren Opleidingsplan Golf

*Een gedeelde langetermijnvisie op  
golfeducatie in Nederland*

9 mei 2026 - NGF Algemene Vergadering

# Het Meerjarenopleidingsplan

M J O P



4

## Thema's

Mens | Beweger | Sporter | Golfer

5

## Hoofdfasen

F . A . T . E . M

12

## Subfasen

F1 t/m M2

60+

## Leerlijnen

Alle domeinen

- Het MJOP beschrijft de **ontwikkeling** van golfers van de eerste golfervaring tot aan het wereldpodium en alles daartussenin vanuit een holistische benadering
- Leidraad, structuur, houvast, verbinding
- Optimale **doorstroming** binnen de jeugdpyramide stimuleren

**Het doel van het meerjarenopleidingsplan (MJOP) is het formuleren en implementeren van een gedeelde nationale visie op golfeducatie en hieraan gerelateerde aspecten.**

Het MJOP biedt een inclusief spelersontwikkelingstraject voor alle leeftijden en niveaus, verbind reeds bestaande initiatieven en biedt een stabiele basis waaruit toekomstige projecten kunnen ontstaan.

Hiermee streven we ernaar om:

- *het spelniveau te verbeteren;*
- *levenslange participatie in golf te waarborgen;*
- *bij te dragen aan motorisch vaardige en gezonde generaties in de toekomst*

## UITGANGSPUNTEN

### Inclusief

Iedereen moet deel kunnen nemen aan het programma

### Perspectief

Duidelijk ontwikkeltraject voor spelers (en coaches) van start naar beter

### Werkbaar

Praktisch voor alle partijen die met het MJOP gaan werken



## Werkgroep

Groep mensen uit verschillende lagen van de pyramide bestaande uit beleidsmakers, coaches en specialisten



## Informatie

Verschillende bronnen, zowel binnen als buiten de golf. (Inter)nationale beleidsplannen, MJOP andere sportbonden, kennis en ervaringen van deskundigen (coaches, specialisten, etc.)



## Uitwerking

Raamwerk gecreëerd met verschillende hoofd- en subfasen die de ontwikkeling van de golfer beschrijven

Leerlijnen uitschrijven (in uitvoering)

# Fundament

M J O P



## LTAD

Long Term Athlete  
Development Plan



## FTEM

Foundation, Talent,  
Elite and Mastery  
Framework



## ASM

Athletic Skills Model

# Drie thema's

- Golf is een sport: brede motorische basis
- Een golfer is meer dan de golfer
- 3 pijlers in ontwikkeling



WISSSTAAT

ASM MEANS CREATIVITY

# *Een golfer is meer dan de golfer...*

Om een solide ontwikkelroute te creëren moeten we verschillende algemene ontwikkelthema's succesvol samenbrengen, te weten die van de:



## Mens

### **Biologische levensfasen**

Baby, peuter, kleuter,  
schoolkind, puber, adolescent  
en volwassene



## Beweger

### **Bewegen**

Beter bewegen  
Atleet  
Specialist



## Sporter

### **Beleving**

Recreatief  
Competitief  
Topsport



## Golfer

### **Spelniveau**

Beginner  
Gevorderd  
Specialist  
Meesterschap

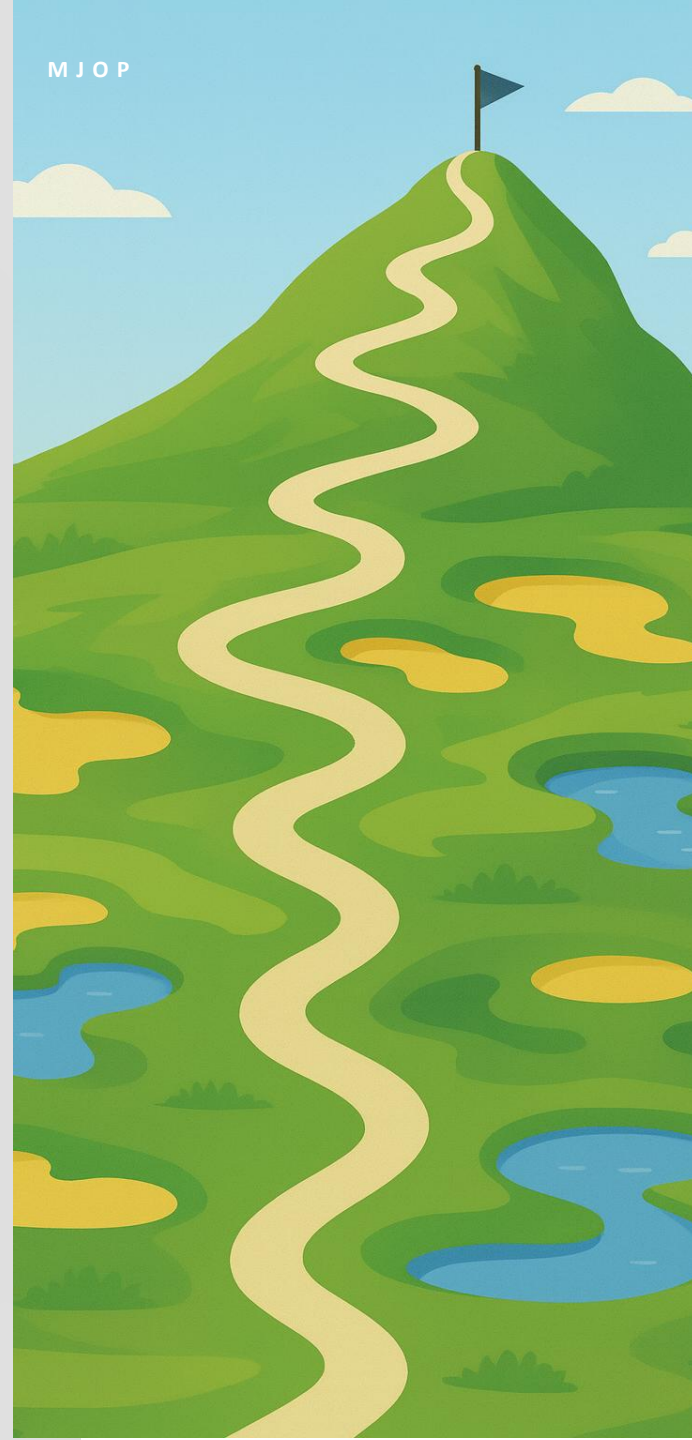
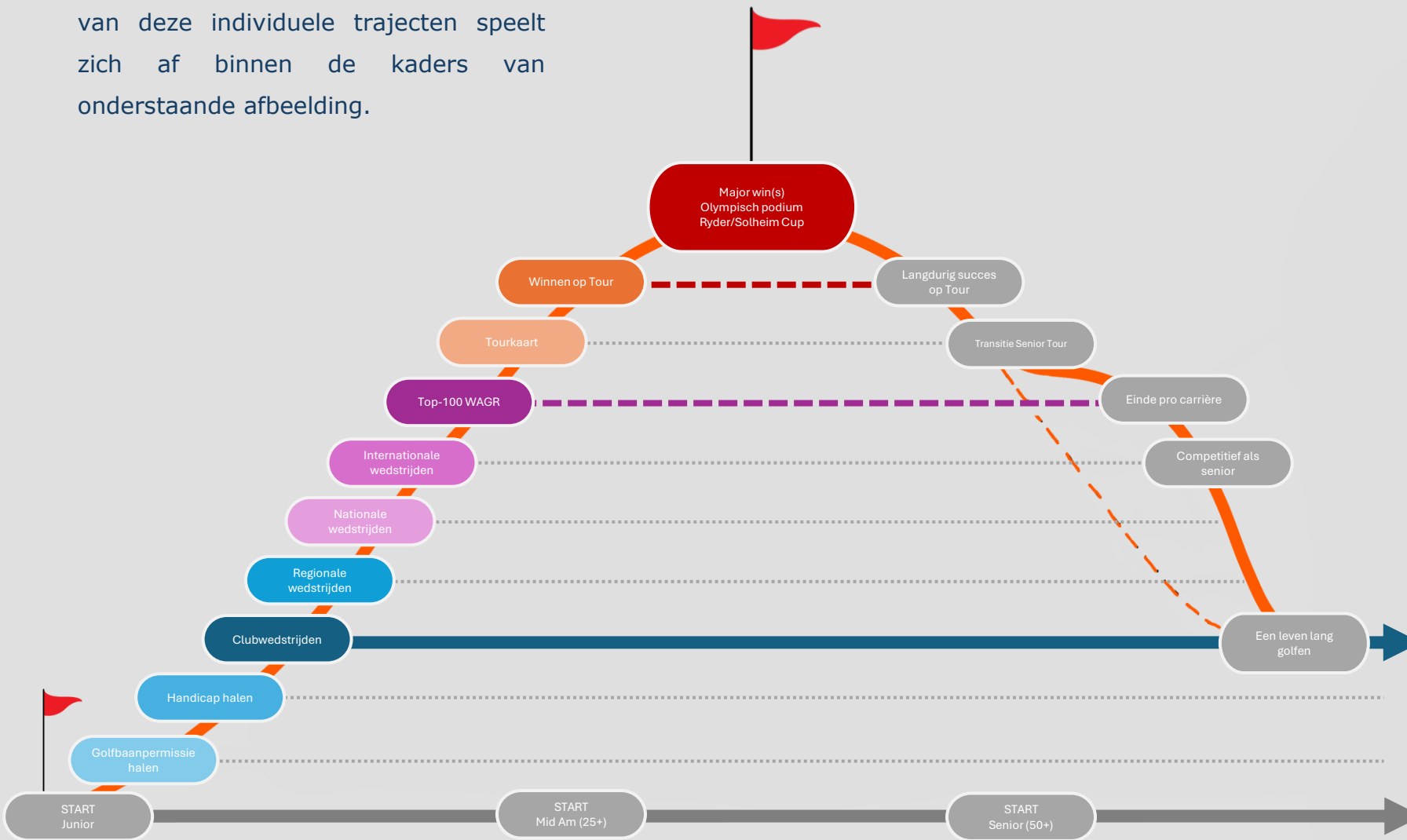


# Reis van een golfer

---



Ieder individu kent een eigen pad met eigen mijlpalen maar het overgrote deel van deze individuele trajecten speelt zich af binnen de kaders van onderstaande afbeelding.



---

# *Ontwikkelen is meer dan alleen trainen...*

De speler brengt onder andere de ambitie, motivatie en aanleg



## Omgeving

Met wie en waar groeit de speler als mens, golfer en sporter op? Denk hierbij aan: thuissituatie, vrienden, club, coaches, baan, faciliteiten, etc.



## Ervaringen

Welke ervaringen doet de speler op? Denk aan wedstrijden en training, maar ook aan activiteiten buiten golf die vormend zijn voor de ontwikkeling van de speler.



## Educatie

Het golfprogramma waar een speler aan deelneemt en de coaching, instructie en monitoring die de speler krijgt om zichzelf verder te bekwamen.

# MJOP Raamwerk

<b>M</b> ASTERY <i>WERELDTOP</i>	M2	WERELDPODIUM
	M1	LANGDURIG EXCELLEREN
<b>E</b> LITE <i>PROFESSIONEEL GOLFEN</i>	E2	EXCELLEREN
	E1	TRAINEN OM TE EXCELLEREN
<b>T</b> ALENT <i>OP WEG NAAR TOPGOLF</i>	T3	TRAINEN VOOR DE TOP
	T2	TRAINEN OM TE PRESTEREN
	T1	INTRODUCTIE TOPGOLFPRINCIPES
<b>A</b> DVANCED <i>COMPETITIEF GOLFEN</i>	A2	COMPETITIEF SPELEN
	A1	BETER SPELEN
<b>F</b> OUNDATION <i>LEREN GOLFEN</i>	F3	LEREN SPELEN
	F2	FUNDAMENTALS
	F1	STARTEN EN ONTDEKKEN



GOLF FOR LIFE

# Foundation: Leren Golfen

## Kern

Hier wordt de basis gelegd van een leven lang golfen: plezier, beweging en de eerste golfvaardigheden in een veilige en stimulerende omgeving.

- Plezier en positieve ervaringen staan altijd voorop
- Breed en gevarieerd bewegen is minstens zo belangrijk als golf
- Spelenderwijs ontdekken hoe golf werkt
- Techniek volgt het kind — niet andersom
- Ouders en omgeving spelen een bepalende rol in motivatie en veiligheid
- Aangepast materiaal (lengte, gewicht) is een absolute basiseis
- Geen druk op resultaat of scores — deelnemen en plezier zijn de maatstaf
- Meerdere sporten naast golf actief aanmoedigen
- Korte, positieve en visueel ondersteunde coaching is het meest effectief
- Fundering leggen voor motorische basisvaardigheden die golf voor altijd ondersteunen

## F1 U6/U8

START

### Starten & ontdekken

Kinderen maken op een speelse manier voor het eerst kennis met golf en bewegen. Plezier en veiligheid zijn de enige maatstaven.

## F2 U8/U10

Handicap 54

### Fundament

Breed beweegfundament opbouwen door veelzijdig te bewegen waarbij eveneens de basis van essentiële golfskills wordt gelegd.

## F3 U10/U12

Handicap 36

### Leren spelen

Verder bouwen aan een solide fundament en daarnaast een sterke focus op speelvaardigheden.

# Advanced: Competitief Golfen

## Kern

De overgang van recreatief naar competitief golf: spelers benaderen golf bewuster, trainen gericht en maken de stap naar wedstrijdniveau.

- Golf als wedstrijdsport benaderen en plezier in competitie ontwikkelen
- Technische basis op alle onderdelen verder verdiepen
- Van bewegen naar beter bewegen — kwaliteit van beweging staat centraal
- Eerste regionale en nationale wedstrijdervaring opdoen
- Doelgericht trainen: leer-, proces- en prestatiedoelen formuleren
- Identiteit als golfer bewust gaan ontwikkelen
- Winst en verlies als leermoment gebruiken, niet als enige maatstaf
- Breed bewegen handhaven — motorische breedte blijft waardevol
- Toenemende zelfstandigheid in training en voorbereiding
- Bewuste keuze richting serieuze topgolfroute begint te vormen

## A1 U12/U14

### Beter spelen

Spelers investeren meer in trainingskwaliteit en leren golf als wedstrijdsport benaderen op weg naar handicap 18.

## A2 U14/U16

### Competitief spelen

Spelers zetten de eerste stappen op nationaal wedstrijdniveau en bouwen wedstrijdritme op richting handicap 5.

# Talent: Op weg naar Topgolf

## Kern

Van competitieve speler naar serieuze topsportamateur: spelers maken kennis met topgolfprincipes, ontwikkelen een professionele trainings- en wedstrijdaanpak en bereiden zich voor op het professionele circuit.

- Introductie van topgolfprincipes als integrale leefwijze
- Professionele trainingsstructuur met periodisering en planmatig werken
- Samenwerking met specialisten (fysiotherapeut, mental coach, fysiek trainer)
- Sterke nadruk op eigen verantwoordelijkheid, autonomie en zelfregulatie
- Wedstrijdkalender op nationaal en internationaal niveau opbouwen
- Identiteitsvorming als topgolfer intensiveert
- Balans tussen sport, opleiding en persoonlijk leven bewust managen
- Prestaties sturen op basis van data, analyse en reflectie
- Kennismaking met het leven als (beginnend) tourprofessional
- Reële inschatting maken of een professionele carrière haalbaar en/of gewenst is

## T1 U16

### Introductie topgolfprincipes

Spelers maken voor het eerst kennis met wat topgolf werkelijk vraagt en integreren topgolfprincipes in training, wedstrijd en leefstijl.

## T2 U18

### Trainen om te presteren

Stabiel presteren op nationaal niveau terwijl spelers steeds meer eigen regie nemen over hun ontwikkeling en training.

## T3 U20/U22

### Trainen voor de top

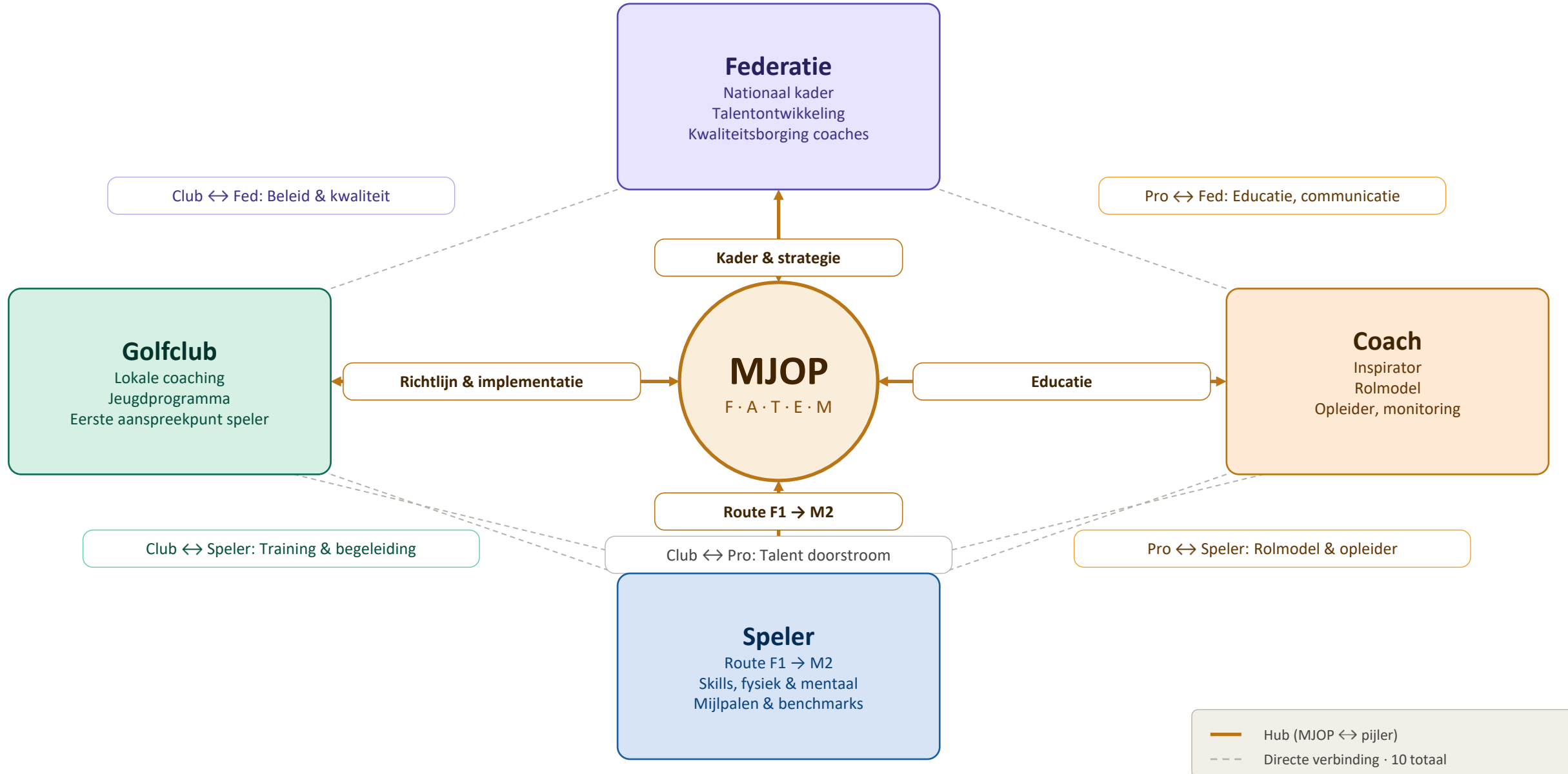
Doorbraak als internationaal topamateur en gerichte voorbereiding op de transitie naar het professionele circuit.

# Het MJOP als verbindend netwerk

M J O P



Golf Nederland · Nationaal ontwikkelkader

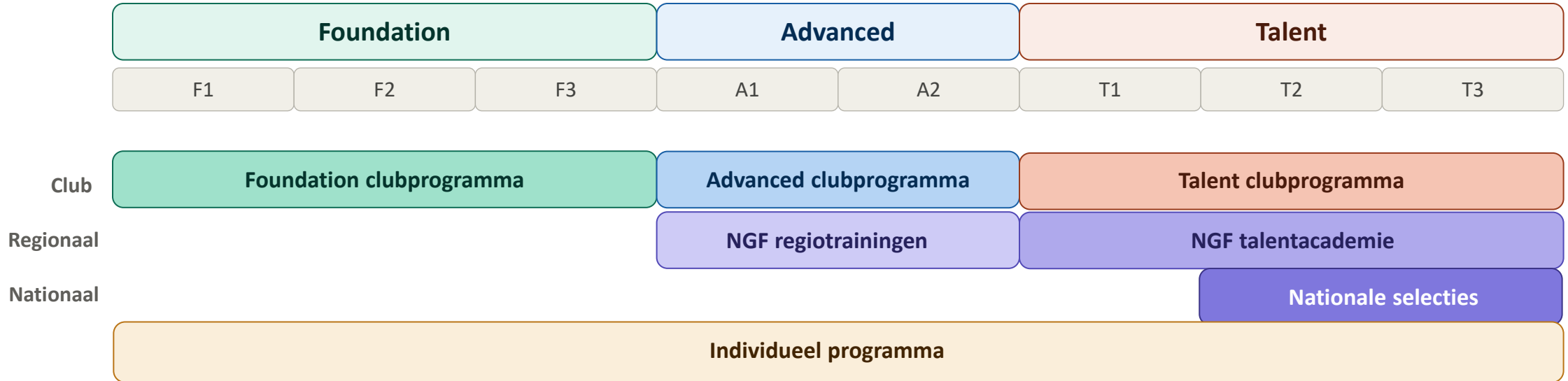


# Programma-overzicht

M J O P



*Foundation · Advanced · Talent*



# Uitnodiging

Wat heeft jouw club nodig van de NGF om het MJOP te omarmen en succesvol te integreren in clubbeleid en clubprogramma's?

**Scan en deel je mening en suggesties**





---

*Vragen?*

*Hartelijk dank voor uw aandacht*