

Naam:.....

Geboortedatum:.....

E-mail:.....

## Toelatingsproef (Aspirant) Initiator

Om te slagen moet de kandidaat initiator overal minstens een score van 3 halen op de eindbeoordeling van de slag. Deze eindbeoordeling is een algemene indruk en niet het rekenkundig gemiddelde van de afzonderlijke aspecten.

Indien de kandidaat niet slaagt voor de toelatingsproef van initiator, moet hij/zij bij een volgende poging het formulier meebrengen en enkel de slagen opnieuw doen met een score lager of gelijk aan dan 3. Verdere specificering dient aangevuld te worden indien er verdere uitleg nodig is over een technische tekortkoming.

### paletgreep

	zeer slecht		zeer goed
tussen duim en wijsvinger	1 2 3 4 5		
los houden	1 2 3 4 5		
<b>eindbeoordeling</b>	<b>1 2 3 4 5</b>		

### contra voorhand

	zeer slecht		zeer goed
raakpunt (driehoek)	1 2 3 4 5		
voetenstand (spreidstand Lvoet 1/2 voet voor)	1 2 3 4 5		
diepe uitgangshouding (knieën 90°-120°)	1 2 3 4 5		
afstand tot de tafel (0,5m)	1 2 3 4 5		
lichaamsinzet vn benen, romp, schouders	1 2 3 4 5		
arm los v/h lichaam	1 2 3 4 5		
balcontact (slaan ipv wrijven)	1 2 3 4 5		
vrije arm (tegenbeweging)	1 2 3 4 5		
verbinding onderarm en pols (circa 1 lijn)	1 2 3 4 5		
begin v/d beweging (schuin/voor lichaam)	1 2 3 4 5		
einde v/d beweging (voor lich thv Rschouder)	1 2 3 4 5		
<b>eindbeoordeling</b>	<b>1 2 3 4 5</b>		

### topspin voorhand

	zeer slecht		zeer goed
raakpunt (driehoek)	1 2 3 4 5		
voetenstand (spreidstand Lvoet 1 voet voor)	1 2 3 4 5		
diepe uitgangshouding (knieën 90°-120°)	1 2 3 4 5		
afstand tov de tafel (1 tot 1,5 m)	1 2 3 4 5		
lichaamsinzet vn benen, romp, schouders	1 2 3 4 5		
arm los v/h lichaam	1 2 3 4 5		
balcontact (wrijven ipv slaan)	1 2 3 4 5		
elleboog blijft buiten	1 2 3 4 5		
verbinding onderarm en pols (circa 1 lijn)	1 2 3 4 5		
vrije arm (tegenbeweging)	1 2 3 4 5		
begin v/d bew. (naast lich tss heup en kniehgte)	1 2 3 4 5		
einde v/d beweging (thv. voorhoofd)	1 2 3 4 5		
<b>eindbeoordeling</b>	<b>1 2 3 4 5</b>		

### blok voorhand

	zeer slecht		zeer goed
raakpunt (driehoek)	1 2 3 4 5		
voetenstand (spreidstand Lvoet 1/2 voet voor)	1 2 3 4 5		
diepe uitgangshouding (knieën 90°-120°)	1 2 3 4 5		
afstand tot de tafel (0,5m)	1 2 3 4 5		
arm los v/h lichaam	1 2 3 4 5		
balcontact (tikken ipv wrijven)	1 2 3 4 5		
verbinding onderarm en pols (circa 1 lijn)	1 2 3 4 5		
begin v/d beweging (schuin/voor lichaam)	1 2 3 4 5		
einde v/d bew. (borsthoogte voor lich.)	1 2 3 4 5		
<b>eindbeoordeling</b>	<b>1 2 3 4 5</b>		

### duwen voorhand

	zeer slecht		zeer goed
diepe uitgangshouding (knieën 90°-120°)	1 2 3 4 5		
voetverplaatsing bij kort (Rvoet voor)	1 2 3 4 5		
actieve polsinzet	1 2 3 4 5		
begin v/d bew. (schuin vr lichaam)	1 2 3 4 5		
einde v/d bew. (nr plaatsing v/d bal)	1 2 3 4 5		
positie van de elleboog (laag bij tafel)	1 2 3 4 5		
<b>eindbeoordeling</b>	<b>1 2 3 4 5</b>		

### voorhand opslag

	zeer slecht		zeer goed
zijspin	1 2 3 4 5		
backspin	1 2 3 4 5		
<b>eindbeoordeling</b>	<b>1 2 3 4 5</b>		

## Eindbeoordeling

**Naam examinator:**

**Datum afname:**

**Beoordeling: Geslaagd / Niet Geslaagd**  
(schrappen wat niet past)

### contra rughand

	zeer slecht		zeer goed
raakpunt (driehoek)	1 2 3 4 5		
vtnstand (spreidstand Lrecht op balbaan)	1 2 3 4 5		
diepe uitgangshouding (knieën 90°-120°)	1 2 3 4 5		
afstand tot de tafel (0,5m)	1 2 3 4 5		
elleboogpositie (horizontaal voor)	1 2 3 4 5		
balcontact (slaan ipv wrijven)	1 2 3 4 5		
begin v/d bew. (vr buikspieren)	1 2 3 4 5		
einde v/d bew. (voor lichaam thv. Rschouder)	1 2 3 4 5		
Pols (circa 1 lijn / licht achterw gebogen)	1 2 3 4 5		
<b>eindbeoordeling</b>	<b>1 2 3 4 5</b>		

### blok rughand

	zeer slecht		zeer goed
raakpunt (driehoek)	1 2 3 4 5		
vtnstand (spreidstand Lrecht op balbaan)	1 2 3 4 5		
diepe uitgangshouding (knieën 90°-120°)	1 2 3 4 5		
afstand tot de tafel (0,5m)	1 2 3 4 5		
elleboogpositie (horizontaal voor)	1 2 3 4 5		
balcontact (tikken ipv wrijven)	1 2 3 4 5		
Pols (circa 1 lijn / licht achterw gebogen)	1 2 3 4 5		
begin v/d bew. (schuin/voor lichaam)	1 2 3 4 5		
einde v/d bew. (borsthoogte voor lich.)	1 2 3 4 5		
<b>eindbeoordeling</b>	<b>1 2 3 4 5</b>		

### duwen rughand

	zeer slecht		zeer goed
diepe uitgangshouding (knieën 90°-120°)	1 2 3 4 5		
vtnstand (spreidstand Lrecht op balbaan)	1 2 3 4 5		
voetverplaatsing bij kort (Rvoet voor)	1 2 3 4 5		
actieve polsinzet	1 2 3 4 5		
begin v/d bew. (centraal vr lichaam)	1 2 3 4 5		
einde v/d bew. (nr plaatsing v/d bal)	1 2 3 4 5		
positie van de elleboog (laag bij tafel)	1 2 3 4 5		
<b>eindbeoordeling</b>	<b>1 2 3 4 5</b>		

### reglementaire opslag

vrije handpalm	ja / nee
minstens 16 cm	ja / nee
duim los	ja / nee
achter en boven tafel	ja / nee
bal steeds zichtbaar	ja / nee
raken in dalende fase	ja / nee
<b>eindbeoordeling</b>	<b>1 2 3 4 5</b>

### rughand opslag

	zeer slecht		zeer goed
zijspin	1 2 3 4 5		
backspin	1 2 3 4 5		
<b>eindbeoordeling</b>	<b>1 2 3 4 5</b>		