

OPLEIDING MOVEMENT COACH

Betere, snellere, sterkere en slimmere spelers BEWEGERS opleiden met en zonder bal, met als doel, beter, sneller, sterker en slimmer HANDELEN in voetbalspecifieke acties.

BASIC MOVEMENT SKILLS

- = Loop- en sprongscholing, frequentie-amplitude, technisch versnellen-afremmen, wendbaarheid, ritme- en richtingsveranderingen, duelling, agility complex
- = Snelvoetenwerk, leiden en dribbelen, basisbewegingen met bal, kappen en draaien, schijn- en passeerbewegingen, jonglage, foot-co-robics

FUNDAMENTAL MOVEMENT SKILLS

- = Houdingvaardigheden, breinvaardigheden
- = Mobiliteit – flexibiliteit – stabiliteit - proprioceptie – algemene, functionele en specifieke kracht

SPECIFIC MOVEMENT SKILLS

- = Positie specifieke technische vaardigheden
- = Profieltrainingen

Docent
JOOST DESENDER

LOCATIES - DATA

Melsele	13.09 / 11.10 / 25.10
Sint Martens Latem	14.09 / 12.10 / 26.10
Londerzeel	15.09 / 13.10 / 27.10
Varsenare	17.09 / 15.10 / 29.10

Leerlijn van speel- tot prestatiefase

3 sessies van 4 uur

75% praktijk
25% theorie

'Train the trainer'

Prijs 125 euro

Inschrijvingen => Mail naar
opleiding.movement.coach@gmail.com

Of neem contact => Joost Desender
0478 24 43 46

INFO

[Opleiding.movement.coach@gmail.com](mailto:opleiding.movement.coach@gmail.com)