



Dag van de Atletiek

21 maart 2026



Coachen tijdens en rondom wedstrijden

Door Mark de Rond

Soort Theoriesessie

Doelgroep Junioren, Senioren

Niveau 3, 4

Ronde 1 ✗

Ronde 2 ✓

Ronde 3 ✓

Inhoud

Trainen is leuk, maar wedstrijden doen is nog veel leuker! (mits het goed gaat natuurlijk...) Maar hoe kan jij als coach bijdragen aan een succesvolle wedstrijd? Hoe bereid je dit voor, hoe bespreek je dit goed na en wat doe je zelf als coach tijdens de wedstrijd? Wat doe jij zelf tijdens een succesmoment en tijdens een teleurstelling? Samen gaan we aan de hand van een paar casussen interactief met elkaar aan de slag met jouw eigen coachskills en neem ik je mee in mijn eigen ervaringen op (inter)nationale jeugdtoernooien.

Over Mark

Trainer/Coach bij o.a. AV Sprint waar ik me bezighoud met zeven- en tienkamp, tevens ook specialisatie trainer Kogel/Discus. Ik begeleid(de) atleten van regionaal tot mondiaal niveau. Daarnaast als coach de afgelopen jaren actief mogen zijn op verschillende internationale jeugdtoernooien.

