

Motorische voorkeuren: herkomst en toepassingen in training

Door Erwin Mortier
Soort Theorie
Doelgroep Junioren, Senioren
Niveau 3, 4
Ronde 1 ✓

Ronde 2



Ronde 3



Inhoud

Afgelopen eeuw heeft de wetenschap zich snel ontwikkeld op basis van onderzoek dat gebaseerd is op gemiddelden binnen een populatie. Daarbij werd echter regelmatig over het hoofd gezien dat geen enkel mens, en dus ook atleet, hetzelfde is. Door diverse innovaties in meetapparatuur verschuift langzaam de aandacht naar het in kaart brengen van individuele kenmerken. In deze workshop wordt ingegaan op de herkomst en ontwikkeling van individuele motorische voorkeuren en wat de implicaties zijn voor training en coaching.

Over Erwin

Erwin Mortier is docent bij de ActionTypes Academy Nederland en Fontys Sport en Bewegen bij de opleidingen Sportkunde en Ad Topsport- en talentcoach. Naast zijn rol als docent is hij al ruim 20 jaar actief als atletiekcoach op nationaal en internationaal niveau.

