

Impliciet leren van looptechniek

Door Pascal Hodselmans

Soort Praktijk

Doelgroep

Niveau 2, 3, 4

Ronde 1



Ronde 2



Ronde 3



Inhoud

Ontdek de kracht van impliciet leren tijdens mijn interactieve workshop op de Looptrainersdag! Wil jij jouw lopers efficiënter en blessurevrij laten bewegen? In deze sessie leer je hoe je met slimme, speelse oefeningen en indirecte aanwijzingen het beweggedrag van je atleten positief kunt beïnvloeden – zonder te vervallen in technische details of over-instructie. Ervaar zelf hoe impliciet leren leidt tot duurzamere techniekverbetering, meer plezier en betere prestaties. Je gaat naar huis met frisse ideeën en direct inzetbare werkvormen om in jouw eigen trainingen toe te passen. Mis deze kans niet en laat je inspireren!

Over Pascal

Als ervaren prestatielooptrainer en opleider BLT3 deel ik graag praktische kennis over hardlooptechniek, blessurepreventie en prestatieverbetering. Met direct toepasbare tips voor trainers, met aandacht voor individuele begeleiding en de nieuwste inzichten uit de praktijk. Daarnaast begeleid ik hardlopers van elk niveau om hun doelen te bereiken.

