



WandelTrainersDag 8 april

Ronde 4 – nr. 54

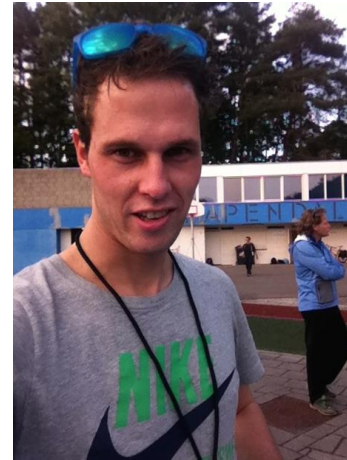
**Hoe maak ik mijn training
bijzonder? Didactisch en
praktisch**

Jeroen Reintjes

kWbn
Koninklijke Wandel Bond Nederland

Inhoud / opbouw workshop

- Even voorstellen
- De vraagstelling
- Visie en situatie
- Voordelen samen trainen
- Wat zijn de mogelijkheden en opties
- Vragen
- Praktisch deel buiten



Jeroen Reintjes

- 27 jaar
 - Didam
 - CIOS / HAN Expertiseteam Talent
 - Voormalig atleet
-
- ZZP-er
 - Personal Trainingen, loopanalyses, loopcursussen, bijscholingssessies
 - FC Twente
 - Loopgroepen als Loopland Gelderland



Vraagstelling

- Deze workshop heeft de volgende vraagstelling:

Hoe maak ik mijn training bijzonder, didactisch en praktisch gezien

- Waar denk jij aan?

Waarom deze workshop?

Veel trainingen worden vaak op dezelfde wijze gegeven met als gevolg dat deelnemers de uitdaging langzaam verliezen. Het kan ook anders...

Situatie

- Training vaak hetzelfde
- Groep minder gemotiveerd
- Als trainer in comfortzone
- “Denk out of the box” en improviseer
- “Verplaats je in de sporter”
- “Bedenk hoe je individuen door elkaar kunt laten verbeteren” (Materiaal)
- Wees creatief

Doelstelling van workshop?

Trainers informeren en inspireren om hun trainingen te pimpen met als doel om deelnemers uit te dagen en hun tevredenheid te verhogen.

Praktijk deel

- We zullen buiten aan de slag gaan om onze X- factor te vergroten didactisch en praktisch gezien!
- Let's Go!

Wat kun je didactisch doen?

- Vertel jouw bevindingen als je deze hebt
- Hoe organiseer je deze?
- Waarmee pak jij de X-factor?
- Hoe creëer je uitdaging?
- Ben jij nieuwsgierig naar nieuwe ideeën?

Voorbeeld X-factor



Maak jezelf uniek door bijvoorbeeld materiaal in te zetten, creatief te zijn en te vernieuwen



Uitstraling



Inhoudelijk over de workshop

- Materiaal inzetten: wat gebruik jij naast pionnen?
- Foutief voorbeeld kan juist verhelderend zijn
- Werken met analysemateriaal: telefoon Slo-Mo, of Tablet
- Wisselen van type organisatie? Voorbeelden Warming- up
- Oefenstof koppelen aan technische verbeterpunten
- Praktisch excelleren begint bij: Kennis