uitgeverij SWP

Hoe word ik een goede hardlooptrainer? (e-book)

Didactiek van effectieve duurlooptraining

Hardlopen is een populaire sport, 1,8 miljoen Nederlanders lopen elke week wel een rondje. Looptrainers zijn hard nodig om deze sporters en groepen te begeleiden.

Een looptrainer moet verstand hebben van trainingsleer en looptechniek. Maar het belangrijkste is dat een trainer een hele goede (op)leider en leraar is. Een training geven is lesgeven. Een trainer wil een hardloper of een loopgroep ‘iets’ leren. Hoe doe je dat?

In het onderwijs noemen we dat didactiek. Didactiek is de wetenschap die zich bezighoudt met de vraag hoe je het beste les kunt geven.

Dit boekje geeft didactische richtlijnen hoe je een goede looptraining geeft. Veel trainers en trainers in opleiding kunnen zich verbeteren op vaardigheden van les- en instructiegeven, goed organiseren en positief begeleiden.

Aan de slag!

Dit is het e-book. Voor een gedrukt exemplaar, kijk op deze pagina

Introductie:

Hoe word ik een goede hardlooptrainer? from SWP Publishing on Vimeo.



ISBN:

Auteur:
Maarten Faas

Meer info:
swpbook.com/2336