



**Wandeltrainersdag 6 april**

**Ronde 4 – Nr. 53**

**De inspirerende coach**

**Leo Neuteboom**

**kWbn**  
Koninklijke Wandel Bond Nederland

# Waarom deze workshop?

Als opleider mag ik jaarlijks aankomende talenten begeleiden naar hun examen voor trainer. Samen doorlopen wij alle praktijk- en theorielessen die daarvoor nodig zijn. Onwennig staan ze voor het eerst voor de groep en geven hun uiterst zorgvuldig voorbereide les. Maar o wat is dat lastig, lesgeven...

Overdracht van kennis is het mooiste wat er is maar hoe hou ik de groep scherp en op zo'n wijze dat het ook leuk blijft. Daar gaan we in deze workshop mee aan het werk. Oefenvormen waarbij we absoluut zelf ook gaan bewegen maar waarbij het accent ligt op stimuleren, inspireren, motiveren. Als de docent zich inleeft in zijn groep, eerlijk en oprecht is, zorgt voor een veilige en leerzame omgeving, stuurt en zijn kennis aanvult met humor, een kwinkslag en een anekdote, dan is die groep bereid het uiterste uit zichzelf te geven en verheugd zich alweer op de volgende training

# Doelstelling van workshop?

Ik ga je proberen handvatten te verschaffen waarmee je een training tot een feestje kunt maken. Diegene die mij al kennen weten dat dit voor mij het allerbelangrijkste is. Dus als je voor deze workshop hebt gekozen krijg je wat theorie en daarna verantwoorde gekkigheid.

Daarnaast wil ik je in deze sessie even bijpraten over de laatste ontwikkelingen in het trainersvak. Met onze (buiten-) sport in open veld, atletiekbaan, bos of strand blijkt bewegen in een matig intensief niveau zo waanzinnig goed te zijn voor een mens. Het lichaam en de geest worden op een goede wijze getraind en zijn daardoor beter belastbaar.

# Inhoud / opbouw workshop

We hebben een geweldige locatie ter beschikking, een veldje met allerlei attributen die jullie ongetwijfeld ook tot jullie beschikking hebben. De praktijksessie wordt dus een combinatie van wandelen, dribbelen, wenden en keren, oefeningen en vette FUN. Mocht je pech hebben en niet helemaal fit zijn kom evengoed want van observeren leer je misschien nog wel meer! Stel dat je het nou leuk vindt dat ik een keertje bij jullie op bezoek kom zodat ik kan meedenken over de mogelijkheden ter plekke neem dan even contact op met de dames en heer van het projectteam.