



Tips om je training interessant(er) te maken

Door **Hannie Huber**

Ronde 4 – nr. 46 PRAKTIJKSESSIE BUITEN

Hannie Huber is Docente Lichamelijke Opvoeding, Docente Opleiding Wandeltrainer 1, 2 en 3, Wandeltrainer 3, Nordic Walking trainster, Pilates Instructrice en eigenaresse van Many Moves – Beweging in Sport. Sinds 2005 is zij Nordic Walking trainster bij de atletiekvereniging AV Weert in Weert.

Vanuit haar opgedane kennis met betrekking tot Pilates is Hannie tot de ontdekking gekomen dat het juiste gebruik van verschillende houdingspijlen tot een positief resultaat leidt in veel verschillende bewegingsvormen, waaronder wandelen.

Tips om je training interessant(er) te maken

Ik sta (al een tijdje) voor een groep wandelaars en nu?!?

Herken je jezelf in de volgende vragen?

- Hoe ga ik om met de verschillen tussen de deelnemers?
- Hoe zorg ik ervoor dat de deelnemers enthousiast blijven en blijven wandelen?
- Hoe hou ik mijn trainingen interessant?
- Hoe kan ik aan groepsbinding werken?

In deze workshop wil ik met jullie aan de slag gaan met het verzinnen van ludieke samenwerkingsopdrachten, waarin centraal staat dat we lol hebben, in contact zijn met elkaar, vertrouwen hebben in elkaar en samen als groep aan de slag gaan. Allemaal om de vertaalslag te kunnen maken naar jouw eigen groep deelnemers en de variatie te brengen/houden in de oefenstof die je aanbiedt.

Wil je samen met mij - serieus maar met een grote (glim)lach - aan de slag gaan om jouw deelnemers plezier en enthousiasme mee te geven en te houden in het wandelen? Schrijf je dan in voor deze workshop en laten we samen een leuk dagdeel met elkaar bezig zijn.

Deze workshop is met name geschikt voor (toekomstige) FitStap Coaches.

Website: <http://manymoves.nl/>