



## **Bijtscholing zondag 26 maart 2017 HC Sasja**

### **Loopscholing voor handballers**

**Wanneer:** zondag 26 maart 2017

**Waar:** Stedelijke sporthal Luchtbal

**Docent:** Stienen Henri, ( gediplomeerd trainer JAL sedert 1990 (NL) en trainer Loopgroepen)

#### **Inhoud:**

Waar moet je op letten. Hoe leer je jeugdspelers 'lopen'. Start en stop, snelheid en versnelling, keerpunten, blessurepreventie. Wat zijn juiste en foute schoenen. Wat doe je best wel en wat niet tijdens de opwarming, ...

**Inschrijvingsgeld:** € 5

**Inschrijvingen:** Peeters Robert,

robert.peeters@sasja-antwerpen.be

GSM: 0475/ 90 57 34

**Inschrijvingsdatum:** 20 maart

