



BESTE TRAINERS EN COACHES

Op 6-13-20 April wordt er binnen Almonte een cursus georganiseerd voor de trainers en coaches betreft voeding en trainingen. Tijdens deze 3 theoretische trainingen van ieder één uur zullen wij verder inhaken op wat gezonde voeding is en hoe je dit het beste kan laten terug komen op het basketbalveld. Naast voeding zal er gesproken worden over trainen in het algemeen en zal blessure preventie ter sprake komen. Het uiteindelijke doel is het beter kunnen beantwoorden van eventuele vragen van spelers en het kennisniveau binnen Almonte te vergroten.

Deelname is geheel kosteloos.!

Bij interesse graag een mailtje sturen voor 20 Maart naar tijnvanrijbroek@hotmail.com met je naam plus vermelding van het team dat je coacht/traint. Er zijn 10 plaatsen beschikbaar dus VOL=VOL.

**Cursus over
“voeding en
trainingen”**

**3 theoretische
trainingen**

**6-13-20 April in
sporthal Eckart
van 19.30-20.30**

**ALMONTE
Locatie**

Weegschaalstraat 1
5632 CW Eindhoven

www.almonte.nl

