

Gas en rem in de sport PDF

Danielle van der Klein-Driesen



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



Schrijver: Danielle van der Klein-Driesen

ISBN-10: 9789491729829

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 4400 KB

OMSCHRIJVING

Dit boek gaat over de invloed van emoties (GAS) en gedachten (REM) op prestatiegedrag. Wat kunnen je sporters doen om het beste uit zichzelf halen? Hoe stuur je bij met jouw coachgedrag? Topsporters, talenten, coaches, ouders en scheidsrechters vanuit verschillende sporten vertellen wat zij denken en voelen bij trainingen en wedstrijden. Aan hun ervaringen koppelt Daniëlle van der Klein-Driesen inzichten uit de sportpsychologie. Ze geeft praktische oefeningen die je kunt toepassen in je trainingen. Daniëlle laat zien welke mentale technieken sporters bij wedstrijden kunnen inzetten als het spannend wordt en hoe zij zich herpakken bij frustratie. Wanneer je mentaal sterk coacht, zorg je voor een positief sportklimaat en vergroot je de kans op succes! Drs. Daniëlle van der Klein-Driesen is SPORTPSYCHOLOOG VSPN[®] docent sportpsychologie VSPN en orthopedagoog. In haar praktijk voor sportpsychologie Flow Mentale Training begeleidt zij talenten, topsporters, coaches, ouders en scheidsrechters. Daniëlle is tevens werkzaam op het Thorbecke Voortgezet Onderwijs voor Sport en Dans. Als sportpsycholoog is zij verbonden aan Intime Tennis Academy, Focus Tennis Academy, S.B.V. Excelsior, TTC Hippische Sport, RTC Volleybal, CTO Metropool Den Haag-Rotterdam-Dordrecht. Daniëlle is supervisor voor de postacademische opleiding voor sportpsychologie. "Daniëlle's boek helpt bij het vinden van het evenwicht tussen GAS en REM. Warm aanbevolen!" Dr. Frank Bakker voormalig Universitair Hoofddocent Sportpsychologie

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

U leert over persoonlijkheid en sport, ... Sportpsychologie en Mentale Training is begeleiders in de sport handvatten te geven om sporters en sportteams optimaal ...

Voordelen Gaspedaal links. Gas geven met de linkervoet. Eenvoudig te bedienen door gebruiker. Tegelijk bediening van rem en gas niet mogelijk. Ongewenste aanraking ...

Dodge RAM 1500 5.7 V8 SPORT ... In de modelserie vanaf 2009 werden de rijeigenschappen van de Dodge Ram verbeterd door een aangepaste wielophanging en vering. De ...

GAS EN REM IN DE SPORT

[Lees verder...](#)