

## Elementaire Trainingsleer En Trainingsmethoden PDF

T. Kloosterboer



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



**DOWNLOAD PDF**

Schrijver: T. Kloosterboer  
ISBN-10: 9789060765692  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 2536 KB

## **OMSCHRIJVING**

In dit fraaie boek worden trainingsdoelen en trainingsmethoden uitvoerig besproken. De trainingsmethoden zijn naar verschillende spelsporten uitgewerkt. Vanzelfsprekend komen ook onderwerpen als uithoudingsvermogen, snelheid, kracht, lenigheid, coördinatie en planning van training uitvoerig aan de orde. Een helder, up-to-date geschreven en fraai uitgevoerd boek, dat primair bestemd is voor sportleiders en sportleiders in opleiding.

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Koop Elementaire trainingsleer en trainingsmethoden van Kloosterboer, T. met ISBN 9789060764091. Gratis verzending, Slim studeren. Studystore.nl

In dit fraaie boek worden trainingsdoelen en trainingsmethoden uitvoerig besproken. De trainingsmethoden zijn naar verschillende spelsporten uitgewerkt.

elementaire trainingsleer en trainingsmethode. hoofdstuk trainen: oefenproces dat zorgt voor het verbeteren van het prestatieniveau bij een vaardigheid. hierbij

## **ELEMENTAIRE TRAININGSLEER EN TRAININGSMETHODEN**

[Lees verder...](#)