

## Congres “Fysieke Training”

### **Programma**

15.30 – 16.00 uur	Inloop deelnemers
16.00 – 16.10 uur	Opening door <b>Tim Lubout</b> , NLcoach
16.10 – 17.00 uur	Plenaire presentatie door <b>Gertjan Verbeek</b> , AZ
17.00 – 17.10 uur	Wissel naar de workshopruimtes
17.10 – 18.25 uur	Workshopronde 1
18.25 – 19.15 uur	Broodjesbuffet
19.15 – 20.30 uur	Workshopronde 2
20.30 – 21.00 uur	Netwerkborrel

### **Workshops**

- Workshop 1 - ‘Testen en meten van fysieke parameters’ door **Robbert de Groot**
- Workshop 2 - ‘Kracht- en conditietraining’ door **Henk Kraaijenhof**
- Workshop 3 – ‘Plannen en periodiseren’ door **Jora Wolfgram**
- Workshop 4 – ‘Blessures en preventie’ door **Erik van Putten**