

# **CURSUS MENTALE TRAINING VOOR COACHES**

## **Opzet en inhoud**

Het doel van de cursus is om de actuele kennis van coaches/begeleiders op het gebied van mentale training te verbreden. De cursus behandelt de invloed van de coach/begeleider op de mentale gesteldheid van een sporter. Verschillende onderwerpen komen daarbij aan de orde. Na afloop van de cursus is de coach/begeleider beter in staat om signalen van de sporters te interpreteren en daar adequaat op te reageren.

De cursus staat onder de deskundige leiding van sportpsycholoog Jan Looman. De laatste zeven jaar begeleidde de heer Looman zestigtal Olympische sporters in diverse sportdisciplines. De heer Looman maakt momenteel deel uit van het begeleidingsteam van de judoka's, de nationale badmintonselectie, beachvolleybal en honkbal welke zich voorbereiden op OS Athene 2004.

## **Doelgroep**

De cursus mentale training is bestemd voor coaches en begeleiders van (top)sporters en talenten die meer inzicht krijgen in de mentale toestand van hun pupillen.

## **Tijd en locatie**

De bijeenkomsten vinden plaats op 14 mei, 28 mei, 11 juni en 25 juni (wijzigingen voorbehouden) van 19:30 uur tot 22:00 uur. De cursus vindt plaats in het kantoor van Sportservice Noord-Brabant, Nieuwkerksedijk 21a te Goirle.

## **Kosten**

De cursus wordt gegeven in groepen van 8 tot 12 deelnemers. De kosten bedragen € 185,00 per persoon.

## **Aanmelding**

U kunt zich tot 25 april 2003 aanmelden door middel van het antwoordformulier of middels een e-mail. Het cursusgeld dient u te voldoen voor aanvang van de cursus op Rabobank bankrekeningnummer 17 02 98 124 t.n.v. Olympisch Steunpunt Brabant, o.v.v. cursus mentale training I 2003. Inschrijving geschiedt in volgorde van ontvangst en is mogelijk tot het maximum aantal deelnemers is bereikt.

## **Organisatie**

Olympisch Steunpunt Brabant  
Jan Looman, Sportpsycholoog

## **Informatie**

Overige informatie kunt u krijgen via Olympisch Steunpunt Brabant, Kitty van de Klundert, tel: 013-5303561 of e-mail: [k.v.d.klundert@ssnb.nl](mailto:k.v.d.klundert@ssnb.nl)  
Vragen over de inhoud van cursus kunt u rechtstreeks mailen naar [jan.looman@planet.nl](mailto:jan.looman@planet.nl)

# AANMELDINGSFORMULIER

## *Cursus mentale training module 1*

Naam: .....

Adres: .....

Postcode + woonplaats: .....

Telefoon: ..... Mobiel telefoon:.....

E-mail: .....

Tak van sport: .....

Vereniging/bond: .....

Functie: .....

Handtekening: .....

Eventuele gerichte vragen omtrent mentale begeleiding voor de heer Jan Looman

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

*Gelieve dit formulier te zenden of te faxen vóór 25 april 2003 naar:  
Olympisch Steunpunt Brabant  
T.a.v. Kitty van de Klundert  
Postbus 106  
5050 AC Goirle  
fax: 013-5347866  
[k.v.d.klundert@ssnb.nl](mailto:k.v.d.klundert@ssnb.nl)*