

From: Griffie
Sent: dinsdag 19 mei 2020 08:35:55
To: Info
Cc:
Subject: FW: Uitnodiging: Topsport Westland DIGITALE MEET UP 28 MEI

Van: Topsport Westland [mailto:info@topsportwestland.nl]
Verzonden: maandag 18 mei 2020 19:46
Aan: Griffie
Onderwerp: Uitnodiging: Topsport Westland DIGITALE MEET UP 28 MEI

[Online versie](#)

 top image

DIGITALE MEET UP 28 MEI - mentale gezondheid in onzekere tijden!

In de huidige situatie is er veel onzekerheid. Er moet aangepast gesport worden, trainingen kunnen geen doorgang vinden en er is weinig lol in het samen kunnen sporten. Daarbij zijn wedstrijden afgelast of uitgesteld. De vraag is, hoe ga je hier als (top)sporter mee om? Opeens geen doelen meer. Kwalificatiemomenten vallen in het water en ontwikkeling stagneert. Als fanatiek sporter krijg je nogal wat voor je kiezen. Dit is de reden dat Topsport Westland op 28 mei om 19.30 uur een MEET UP organiseert die je gewoon thuis, vanachter je laptop kan volgen! Tijdens deze interactieve sessie komen sprekers aan het woord die jou kunnen helpen in deze moeilijke tijd. Dat doen we door een wetenschappelijk inzicht te koppelen met de ervaringen van een oud topsporter.

PROGRAMMA:

Vallen en weer opstaan

We kunnen met veel trots melden dat niemand minder dan ex-prof wielrenner en huidig wielercomentator van Eurosport Bobbie Traksel zijn verhaal vertelt over mentale weerbaarheid. Bobbie's wielercarrière verliep niet altijd even soepel. Los van blessures werd hij ook regelmatig geconfronteerd met ploegen die plotseling ophielden te bestaan. Daarnaast weet hij als wieljournalist en oud president van de atletencommissie als geen ander wat er bij de huidige generatie wielrenners leeft, ook op het gebied van mentale uitdagingen. De winnaar van de Ronde van Vlaanderen U23 en Kuurne-Brussel-Kuurne neemt jullie mee in zijn verhaal over vallen en weer opstaan!

Hoe blijf je mentaal sterk?

De andere gast is geaccrediteerd Sportpsychologe en eigenaar van PAM Performance, Diana van Winden. Diana is zeer actief in de sport- en danswereld om atleten en teams mentaal bij te staan in een omgeving waar presteren, motivatie en druk samen komen. Door het afronden van Universitaire studies benadert Diana haar werk vanuit de wetenschappelijke en psychologische kant, aangevuld met de ervaringen die ze heeft opgedaan met de begeleiding van sporters en performers. Tevens doet ze onderzoek naar het mentale aspect van blessures. Deze twee werelden komen samen in de digitale MEET UP van 28 mei. Meld je aan via deze link en je ontvangt kort voor 28 mei een link om deel te kunnen nemen. Omdat er geen limiet zit aan het aantal deelnemers kan je deze uitnodiging delen met iedereen die dit een interessant thema vindt, of wat hulp kan gebruiken in deze tijd.

Meld je snel aan door op onderstaande button te klikken!

AANMELDEN

AFMELDEN

MEET UP informatie


Datum: Donderdag 28 mei
Tijd: 19:30 uur
Locatie: Gewoon vanuit jouw eigen omgeving,
op je eigen laptop

Met sportieve groet,

Bestuur van Stichting Topsport Westland

Volg Topsport Westland op Social Media:



top image