



HET ELFSTEDENCONGRES

Zaterdag 16 SEPTEMBER 2017 in de
IJstedenhal in Leeuwarden.

TRAINERSCONGRES EN

'MEET AND GREET' MARATHONSCHAATERS

Opening: Jan Bakker,

Bestuurslid/wedstrijdleader Koninklijke Vereniging De Friesche Elf Steden

Workshoprondes:

1. **Schaatstechniek, tactiek, klunen en materiaal op de lange afstand.**
Workshop leider: Jan Maarten Heideman
2. **De wetenschap en sportvoeding. De theorie en de praktijk**
Workshop leider: Prof. dr. Fred Brouns
Hoogleraar Innovatie gezonde voeding Universiteit van Maastricht
3. **Belasting en belastbaarheid**
Workshop leider: Casper Helling
4. **Organisatie marathonwedstrijden en natuurijsklassiekers**
Workshop leider: Bram Smallenbroek organisator Grand Prix Lulea
en Roelof Groen organisator Overijsselse Merentocht
5. **Meet and greet: (oud) Wedstrijddrijders Elfstedentocht 1997** ontmoeten elkaar
o.l.v. Klasina Seinstra.
6. **Shorttrack & marathonschaatsen, de training voor de toekomst?**
Workshop leider: Jeroen Otter
7. **Talent en ethiek. Omgaan met vertrouwen**
Workshop leider: dr. Nicolette Schipper - van Veldhoven
Lector sportpedagogiek NOC/NSF
8. **Elfstedenforum:** met o.a Henk Angenent, Alida Pasveer.
Presentatie: Jannes Mulder.
9. **Koppelkoers 50 ronden:** Toegankelijk voor landelijk marathonschaatsers 2017-2018.

Meer info en aanmelden via: www.marathonschaatser.nl

Organisatie:

Pieter Bult en Mark Hilberts

PROGRAMMA WORKSHOPS ELFSTEDENCONGRES

10:00-10.30 Opening
10:45-11.45 Workshopronde 1
11:45-12.45 Lunch
12.45-13.45 Workshopronde 2
13.45-14.45 Workshopronde 3
15.00-16.00 Elfstedenforum
16.00-16.30 Koppelkoers
16.30-17.00 Afsluiting en 'meet
and greet' marathonschaatsers

Toegankelijk voor:

- Trainers ST 2 t/m 5
- Wedstrijddrijders Elfstedentocht 1997
- Landelijk marathonschaatsers 17/18
- Organisatoren natuurijsklassiekers

Het Elfstedencongres wordt
gewaardeerd met 5 licentiepunten.

Aanmelding:

via www.marathonschaatser.nl

Deelnemersbijdrage:

€ 40,- (inclusief lunch, consumpties,
certificaat en toegang tot de ijsbaan
Bijdrage oud-wedstrijddrijders
Elfstedentocht '97: €20,-
Ter plaatse te voldoen.

*Aan het Elfstedencongres zijn geen
commerciële doelen verbonden.*

**Partners van dit
Elfstedencongres zijn:**



IJSTEDENHAL