

INFORMATIE AVOND

STERK IN BEWEGING: LICHAAM EN GROEI VAN JONGE SPORTERS



WOENSDAG 22 JANUARI

DOEL

Samen bouwen aan een sterke basis voor gezonde groei en sportieve ontwikkeling!

SAMENVATTING

Tijdens deze informatieve avond, georganiseerd door kinderfysiotherapeuten van B-fysic Hensens, gaan we in op de lichamelijke ontwikkeling van sportende kinderen. We bespreken hoe groei invloed heeft op sportprestaties en bewegingspatronen, de beweegnorm voor gezonde ontwikkeling, en hoe je veelvoorkomende klachten zoals groeipijn, overbelasting en blessures kunt herkennen en voorkomen. Met praktische tips en inzichten helpen we ouders, trainers en coaches om jonge sporters gezond en in balans te laten bewegen.

DOELGROEP

Ouders/trainers/verzorgers van het sportende kind

SPREKERS

Jordy Verwijk (MSc kinderfysiotherapeut) en
Laura de Ruiter (MSc kinderfysiotherapeute)

DATUM

22 januari 20:00-21:00 uur

WAAR

Kantine Glaspark

WAAROM DEELNEMEN?

- Leer hoe groei en beweging samengaan.
- Voorkom blessures en overbelasting.
- Ondersteun kinderen in hun sportieve ontwikkeling.

AANMELDEN?

Aanmeldformulier informatieavond <https://www.vvlrc.nl/1426/aanmeldformulier-informatieavond-22-1-2025/>

Aanmelden is niet verplicht, maar helpt ons een inschatting te maken van het aantal aanwezigen en specifieke vragen of onderwerpen die u graag besproken wilt hebben.

