

Symposium “Mind over Muscle?”

“de psychofysiologie bij duursporten”

Vrijdag 4 juli van 14.00 tot 17.00 uur.
Medische faculteit, Vrije Universiteit Amsterdam

exposz opleiden in
sport en zorg



Je benen lopen vol. Totale verzuring! Maar dan toch op het einde van de race die eindspurt eruit weten te persen. Hoe kan dat nou?! Je was immers volledig verzuurd...

De twee hoofdsprekers van dit symposium, **Prof. Samuele Marcora** en **Dr. Ross Tucker**, hebben een intrigerende en uitgesproken visie op vermoeidheid, doorzettingsvermogen en het verleggen van fysieke grenzen. Zij delen hun inzichten en onderzoeksbevindingen deze middag graag met u. Na hun presentaties gaan de sprekers met elkaar, met andere experts en met het publiek in discussie over de rol van psychologische en fysiologische processen tijdens inspanning. Wanneer geef je op? Als je spieren vollopen met lactaat of wanneer je brein zegt: “Ho! Stop! Nu niet verder meer!” ?

U kunt u aanmelden voor het symposium door het formulier in te vullen: <http://eepurl.com/WN4Nb>

Programma

13:30-14:00 Inloop met koffie en thee
14:00-14:45 Prof. Samuele Marcora
15:00-15:45 Dr. Ross Tucker
16:00-16:45 Paneldiscussie



Over de sprekers:

Professor Samuele Marcora is de Director of Research op de Universiteit van Kent. Hij geniet internationale bekendheid voor zijn onderzoek naar vermoeidheid en duurprestaties en doet onder andere onderzoek voor het Britse ministerie van defensie. In zijn onderzoek combineert hij fysiologie en psychologie met als doel de prestaties van duursporters te verbeteren. Begrippen zoals mentale vermoeidheid en perception of effort spelen een belangrijke rol in zijn onderzoek en zijn bevindingen hebben belangrijke praktische implicaties. Het is dan ook niet gek dat Runners World afgelopen jaar een artikel schreef over zijn onderzoek met als titel: "How to Build Mental Muscle", waarin ingegaan werd op Marcora's Brain Training.

Dr. Ross Tucker werkt als onderzoeker en consultant voor het Sport Science Institute van Zuid-Afrika. Hij is sportwetenschapper voor het Zuid-Afrikaans rugby- en kayakteam en heeft gewerkt voor de Internationale en Engelse rugbybond, het Amerikaans en Zuid-Afrikaans Olympisch comité en UK Sport. Hij is gepromoveerd aan de Universiteit van Kaapstad op zijn onderzoek naar vermoeidheid en de rol van het brein tijdens inspanning. Tucker staat erom bekend dat hij zijn mening niet onder stoelen of banken steekt. Hij schrijft artikelen voor diverse kranten (NY Times, Washington Post, Guardian UK), heeft zijn eigen platform (sportsscientists.com) en werd onlangs gekozen in de top 200 van meest invloedrijke personen in Zuid-Afrika.

Betalingsgegevens

De kosten bedragen € 40,-. Dit bedrag kan overgemaakt worden naar:

IBAN: NL38 DEUT 0487812123

VU, faculteit Bewegingswetenschappen

Wilt u zo vriendelijk zijn om bij betaling duidelijk te vermelden: Uw naam, ordernummer 2463 227, GRENZEN VERLEGGEN

Routebeschrijving

De masterclass vindt plaats in het gebouw van de medische faculteit van de Vrije Universiteit aan de van der Boechorststraat 7-9 in Amsterdam. Actuele routebeschrijvingen naar de VU campus met zowel auto als OV zijn hier te vinden: <http://www.vu.nl/nl/over-de-vu/campus/bereikbaarheid/index.asp>

We zien u graag op vrijdag 4 juli!

Drs. Vana Hutter

Faculteit der Bewegingswetenschappen, Vrije Universiteit
EXPOSZ Opleidings-, advies- en onderzoekscentrum voor Sport en Zorg

Thomas Waanders MSc

Bewegingswetenschapper / Sportpsycholoog VSPN*
De Prestatiecoach