



Basket Tongeren en Core Performance slaan de handen in elkaar. Vanaf dit seizoen is Jan Van Hoecke zowel speler als kinesitherapeut van BKT Tongeren.

## **Wat betekent dit?**

De club wil elke jeugdspeler professioneel ondersteunen in zijn/haar sportbeoefening.

## **Waarom en hoe?**

Elk jaar zien we beloftevolle spelertjes sukkelen met lichte en zware blessures. Hadden we dit kunnen vermijden? Sporten is tof, maar gekwetst langs de zijlijn zitten is voor niemand prettig.

Is je jonge lichaam klaar om te sporten? Wat kan je zelf doen om blessures te voorkomen? Wat kan de club voor jullie doen? Wanneer start mijn zoon/dochter best met fitness? En hoe chronische letsels voorkomen? Allemaal vragen, die een antwoord krijgen tijdens een **gratis** workshop "*letselpreventie bij zaalsporten*".

## **Wanneer:**

Op **woensdag 19 september 2012 om 20:00**

Gelieve in te schrijven:

[basket.tongeren@gmail.com](mailto:basket.tongeren@gmail.com)

## **Waar:**

PIBO sporthal  
St-Truidersteenweg 323  
3700 Tongeren

**Sterk aanbevelen!!**