

# Trainingen middelbaar onderwijs

## Aanleiding

Wij willen opstaan voor de jeugd, voor het onderwijs. Docenten en mentoren werken keihard maar hebben niet altijd de ruimte om de leerlingen echt te bieden wat ze zouden willen.

Bokscoaching kan een energieke en diepgaande bijdrage leveren aan de weerbaarheid van jongeren. We gebruiken elementen uit Rots en Water, de (kick)bokssport, psychologie en psychomotorische therapie. Op inhoud kunnen we aansluiten bij wat er al in de school gegeven wordt zodat we een integraal onderdeel zijn van het lesprogramma zoals scholen dat aanbieden.

## Werkwijze

Wij werken met vechtsport(elementen) als leerinterventie voor training en coaching. Het bedrijf Bokscoaching doet dit al jarenlang door heel Nederland. De BOKScoaching methode is ons raamwerk waarmee wij beweging methodisch inzetten. Wat wij doen lijkt sterk op Psychomotorische therapie (PMT).

## Thema's

Lessen hebben 1 hoofdthema en meerdere (impliciete) subthema's. We noemen hier een paar in willekeurige volgorde.

- Balans
- Grenzen verkennen
- Grenzen verleggen
- Contact
- Kracht
- Beheersing
- Weerbaarheid
- Ruimte nemen en geven

## Ons team

Het team van Bokscoaching bestaat uit HBO en hoger opgeleide mensen, die het ambacht van vechtsport verstaan. Maar ook PMT-er zijn, agoog, social worker of docent. We garanderen een energie en leren op een leuke manier voor leerlingen.

Hopelijk tot snel!

Team Bokscoaching

Pascalweg 1, 8013 RC, Zwolle (Marslanden)  
tel: 085 06 06 017 m: info@bokscoaching.nl

