

Erhvervsrettet Projektforløb forår 2022

Introduktion

Eksempel på arbejdsopgave

- Velocity Based Training (VBT)
- Litteratursøgning
- Praktisk anvendelse (GymAware)

Resultater

- Kortvarige studier viser samme eller forbedret fremgang
- Mangel på længerevarende studier
- Maksimal intention
- Mentale fordele ved brug af VBT
- Bedre træningsplanlægning

Idrætsfaglig viden

- Fysisk træning
- Arbejds- og træningsfysiologi
- Præstationsoptimering, talentudvikling og coaching
- Sport and exercise psychology

Andet

- Supervision af fysisk træning
- Afvikling af fysiske tests
- Udarbejdelse af atletuddannelse
- Analyse af præstationsrapporter
- Sparring og netværksmøder med medarbejdere, atleter og trænere

Patrick Schmidt Jørgensen

Praktik som fysisk træner hos Team Danmark

Vejleder: Line Hovgaard-Hansen, Fysisk Træner

