

## SKMO Kickboks/Grapppling seminars!!

Cursisten van de leraaropleiding Kickboksen en de leraaropleiding Grapppling organiseerden afgelopen maanden geweldige seminars met toptrainers en topvechters uit de vaderlandse vechtsporten. Zondag 11 mei jongstleden was er de seminar 'ringsportpsychologie' bij Kyothai in Heerhugowaard (Rob pardoel). Na een spannende inleiding op stress door o.a. IBT docenten Bram Knecht en M. Halfmouw was er een training en lezing door niemand minder dan K1 champ Ernesto Hoost!



**Stress voor je wedstrijd?**  
Kom op zondag 11 mei naar het seminar Ringsport Psychologie!

Ervaar en krijg advies van IBT-docenten en een mystery TOPVECHTER

Sportschool AS Family Fitness Center / Kyo Thai, W.M Dudokweg, 1703 DB, Heerhugowaard  
Aanvang: 11.00 Toegang: 20 euro (inclusief lunch)  
Inschrijven kan op: [ringsportpsychologie@gmail.com](mailto:ringsportpsychologie@gmail.com)  
[www.skmo.nl](http://www.skmo.nl)

De dag daarvoor organiseerde SKMO cursist Youseff Aouriagel een superdag in A'dam met onder meer Muaythai legende Lucien Carbin.



Bij worstelvereniging de halter had men topmensen op het gebied van grappling uitgenodigd voor enkele workshops. Wat te denken van les krijgen van worstelaar Ben Stelten en SPEAR instructor en Judoka Erwin van Beek!!

Onder het thema 'hardcore trainen, eten en herstellen' werd er wederom bij Rob Pardoel in Heerhugowaard een topseminar gegeven door Bas Willemsen en Coen Luiken over de Kettlebell en optimale sportvoeding!

Voor meer info over de SKMO leraaropleidingen kickboksen, grappling en MMA kun je kijken op [www.skmo.nl](http://www.skmo.nl)