



Vervangende opdracht hordenlopen



Beantwoord de volgende vragen in een verslag van maximaal 2 pagina's A4 met ten hoogste 4 afbeeldingen van 4x4 cm.

Hoe heeft het hordenlopen zich, technisch gezien, ontwikkeld?

Benoem in deze beschrijving de techniek die toegepast wordt.

Benoem de nationale kampioenen van dit moment en geef aan van welke vereniging zij komen.

Is er verschil tussen indoor- en outdoorwedstrijden?

Welk afstanden worden er gelopen?

Wat zijn de doelen van deze loopster en loper. Wat zijn de verwachtingen bij de komende Olympische Spelen.

De fysieke eigenschappen van een hordeloop(st)er spelen wel degelijk een rol. Hoe ziet, lichamelijk gezien, het ideale hordeloop-type eruit en over welke eigenschappen moet hij/zij beschikken. Geef ook aan waarom zij over deze eigenschappen moet beschikken.

Geef een samenvatting van de belangrijkste spelregels/reglementen van het hordenlopen binnen een officiële wedstrijd van de K.N.A.U.

