



Publicatiefonds voor Lichamelijke Opvoeding vzw

PVLO, de specialist in Ropeskippingtouwen!

aan de **LAAGSTE PRIJS**

Nieuw in ons assortiment en onmisbaar voor elke lesgever en startende skipper:

de **ROPESKIPPING DVD**

slechts € 15,00

Ropeskipping: Sprong voor sprong

NIEUW



TOPPER



Springkabas PVLO productie

Met de Springkabas in de hand kom je door het hele land. Leerlingen zullen je graag zien komen en jijzelf bent perfect voorbereid en uitgerust om succesvol les te geven en er bovendien zelf veel plezier aan te beleven. De Springkabas wil leerlingen van zes tot achttien jaar laten kennismaken met Ropeskipping, in al zijn vormen en rijkdommen. Leerkrachten worden door middel van de Springkabas gestimuleerd om Ropeskipping te geven op school, maar uiteraard is de Springkabas ook zeer geschikt voor gemeentelijke sportdiensten, sportclubs en jeugdbewegingen.

€ 295,00 BVLO leden*

(port- en verzendingskosten te betalen door bestemming)

Inhoud: 45 single ropes, 2 sets double Dutch, 1 XXL touw van 11 m, 1 muziekcd, didactisch pakket ropeskipping dvd + boek, lesfiches en steekkaarten

De inhoud van de springkabas is een voorstel, wilt u een aantal zaken wijzigen, dan kan dit altijd in overleg met PVLO. Neem gerust contact op.



Deze opleidingsdvd ropeskipping zal je helpen om eenvoudige ropeskippingstricks onder de knie te krijgen. Aan de hand van de BVLO brevetten leer je sprong voor sprong moeilijkere tricks. Je kan ook de topskippers bewonderen tijdens de democup, show verzekerd! In de inleiding kan je enkele skippers aan het werk zien en leer je de verschillende disciplines van het ropeskippen.

Deze dvd kan je overal gebruiken: in club, op school of gewoon thuis. Hij is uiterst praktisch en je krijgt didactische tips over de verschillende ropeskippingstricks. Het is echt de moeite waard om deze in huis te halen!

Niet te missen publicaties

dansant

Dansante bewegingsactiviteiten: theorie en praktijk

Boek + 2 cd-roms
Kristine De Martelaer, Bart Vandaele en Paul Rooyackers
ISBN 90-70870-57-6

Afhankelijk van de eigen intenties en interesse kan de lezer een keuze maken tussen de praktijk en de meer theoretische achtergrondinformatie. De hoofdstukken zijn echter zo opgebouwd dat beide onderdelen elkaar inspireren. Op de cd-rom wordt het accent gelegd op de bewegende beelden en de stickfiguurtjes om te gebruiken voor lesvoorbereidingen, terwijl ook hier een beknopt beschrijvend technisch deel wordt voorzien.

257 blz, DIN A4, 2-kleurendruk
Cd-roms bevatten stickfigures, bewegende beelden en praktische informatie over Groepsfitness en Streetdance

€ 39,00 BVLO leden

€ 49,00 niet-leden
(excl. port- en verzendingskosten: € 4,00)



BASIS VOOR verantwoord trainen

Jacques Vrijens - Jan Bourgois - Matthieu Lenoir
ISBN 90-70870-59-2
5e EDITIE

Alles wat je moet weten over trainingsleer staat in dit standaardwerk. In 14 hoofdstukken nemen de drie experts de lezer mee doorheen de basiseigenschappen, trainingsmethoden en -opbouw, de diverse doelgroepen en tenslotte ook hoogtetra training en overtraining. Zowel voor trainers, atleten, studenten en leerkrachten lichamelijke opvoeding, VTS-cursisten als (sport)kinesisten en (sport)artsen.

466 blz., DIN-A4, ontelbare actuele foto's, tabellen en figuren, 2-kleurendruk

€ 35,00 BVLO leden

€ 48,00 niet-leden
(excl. port- en verzendingskosten: € 5,00)



Levenslang Zwemmen

Kristine De Martelaer & Titeke Postma
ISBN 90-70870-37-1

Een basisboek voor iedereen die de zwemsport in al haar facetten wil doorgeven aan anderen. Het geeft inzicht in de diverse mogelijkheden van bewegen in het water, voor jong en oud, op school, in de zwemclub of in de vrije tijd. Van babyzwemmen over school- en competitiezwemmen tot aquafitness en seniorenzwemmen, maar ook de algemene basisprincipes van aquatische activiteiten komen aan bod.

260 blz., DIN-A4, talrijke foto's, tekeningen en tabellen, 2-kleurendruk

€ 25,00 BVLO leden

€ 31,50 niet-leden
(excl. port- en verzendingskosten: € 5,00)



LEREN VOETBALLEN

Patrick
Vansteenbrugge,
Robert Goethals en
Bart Van Renterghem
ISBN 90-70870-54-1

Het boek "Leren Voetballen" is een kwalitatief hoogstaand werk met veel aandacht voor nieuwe spel- en oefenvormen. Door de duidelijke quadri layout is het boek uiterst gebruiksvriendelijk en overzichtelijk. Er wordt veel aandacht besteed aan de coaching en per onderdeel worden steeds de belangrijkste coachingspunten nog eens geaccentueerd. Dit boek moet zowel de leerkracht LO als de voetbaltrainer in staat stellen om spelgerichte lessen of trainingen op te maken en ze op het veld uit te werken.

210 blz., DIN-A4, talrijke figuren, volledig quadri


€ 25,00 BVLO leden

€ 32,00 niet-leden
(excl. port- en verzendingskosten: € 4,00)

SUPER AANBIEDING Pakket jeugdvoetballer beter begeleiden + Leren Voetballen: € 30,00 BVLO-leden

€ 37,00 niet-leden

(excl. port- en verzendingskosten: € 5,00)



De jeugdvoetballer beter begeleiden

Renaat Philippaerts,
Roel Vaeyens,
Dominique Cauwelier,
Jan Bourgois, Jacques
Vrijens
ISBN 90-70870-52-5

Naast technische en tactische vaardigheden gekoppeld aan de laatste nieuwe inzichten van de trainingsleer is er in dit werk ruimte voor een duidelijke visie op jeugdvoetbal. In deze visie staat de jeugdige speler als voetballer en als mens centraal. De trainingsvormen zijn zo opgebouwd dat er altijd gewerkt wordt met een bal, een kleinere ruimte, richting, tijd, tegenstander, medespeler, spelregels en spanning van winst of verlies. De voorgestelde trainingen zijn bovendien kindvriendelijk en bezitten een voetbaleigen sfeer. Een standaardwerk dat onontbeerlijk is voor allen die zich bezighouden met training van jonge voetballers.

208 blz., DIN-A4, talrijke foto's

€ 15,00 BVLO leden

€ 20,00 niet-leden
(excl. port- en verzendingskosten: € 4,00)



4000 Conditie- oefeningen

voor thuis, school en club
Walter Dufour
ISBN 90-70870-09-6

Dit boek bundelt een 4000-tal formele en functionele oefeningen die thuis, op school en in de club kunnen worden uitgevoerd. De lezer vindt oefeningen voor armen, benen en romp die gerangschikt zijn, zowel op anatomische basis als volgens moeilijkheidsgraad. Anderzijds krijgt u een aanbod van sprongen, hang-, kracht- en behendigheidsoefeningen, gerangschikt naar intensiteit.

320 blz., 155 mm x 230 mm, met enorm veel tekeningen en enkele foto's

€ 19,00 BVLO leden

€ 24,00 niet-leden
(excl. port- en verzendingskosten: € 4,00)



ROPESKIPPING IN SCHOOL EN CLUB

Nadine De Ridder
ISBN 90 70870 40 1
Een perfecte didactische handleiding om de meest uiteenlopende

tricks aan te leren, in de verschillende disciplines single rope, double dutch en Chinese wheel. Met spelvormen.

100 blz., 170 mm x 240 mm, talrijke foto's en tekeningen, 2-kleurendruk

€ 14,00 BVLO leden

€ 19,00 niet-leden
(excl. port- en verzendingskosten: € 4,00)



Organisatie van sportieve evenementen

Paul De Knop e.a.
ISBN 90 70870 26 6

€ 10,00 BVLO leden

€ 14,00 niet-leden
(excl. port- en verzendingskosten: € 4,00)



Meer en Beter Bewegen

Stefanie Verstraete,
Ilse De Bourdeaudhuij,
Dirk De Clercq en
Greet Cardon
ISBN 90-70870-58-4

Handleiding voor leerkrachten (Lichamelijke Opvoeding) en directies met praktische tips en uitgewerkte lessen en werkbladen voor het lager onderwijs. Klar voor gebruik. Hoe kan je sport en beweging via de school promoten? Hoe kan je het sportaanbod vergroten, kinderen en hun ouders overtuigen van het belang van sporten en bewegen? Hoe krijg je alle kinderen – ook buiten de school – aan het bewegen? Hoe motiveer je kinderen, collega's en ouders om samen aan een gezonde levensstijl te werken? Hoe bereik je via deze fysieke activiteit ook belangrijke cognitieve en sociaal-affectieve doelstellingen?

112 blz, DIN A4, quadri kaft en tweekleurendruk

€ 19,00 BVLO leden

€ 25,00 niet-leden
(excl. port- en verzendingskosten: € 4,00)



... en jouw sportattitude

Paul De Knop & Kathy
Van den Bergh
ISBN 90 70870 53 3

€ 2,00 BVLO leden

€ 2,50 niet-leden
(excl. port- en verzendingskosten: € 2,50)



Elementaire trainingsleer - leerkrachten- boek & werkboek

Loes Bolssens

ISBN Leerkrachtenboek 90 70870 49 5

€ 16,00 BVLO leden

€ 20,00 niet-leden
(excl. port- en verzendingskosten: € 4,00)

ISBN Werkboek 90 70870-50-9

€ 11,00 BVLO leden

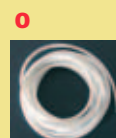
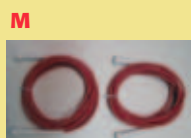
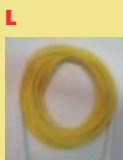
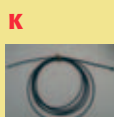
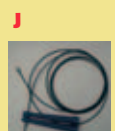
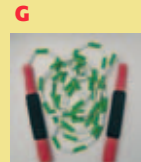
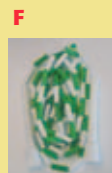
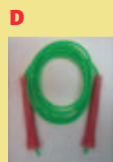
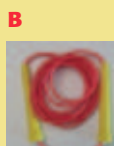
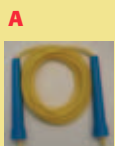
(excl. port- en verzendingskosten: € 4,00)

Ropeskipping

Ropes - Springtouwen

De lengte van de touwen is op een gebruiksvriendelijke manier aan te passen
Wij bieden steeds de goedkoopste prijs! Wordt ergens een touw goedkoper aangeboden?
Laat het ons weten

SOORT + AFMETINGEN	LEDENPRIJS	NIET-LEDENPRIJS	LEDENPRIJS PAKKET min. 25 touwen	NIET-LEDENPRIJS min. 25 touwen
A SUPER SPRINGTOUW 2m40	€ 4,00	€ 4,50	€ 3,50	€ 4,00
B SUPER SPRINGTOUW 2m60	€ 4,00	€ 4,50	€ 3,50	€ 4,00
C SUPER SPRINGTOUW 2m90	€ 4,00	€ 4,50	€ 3,50	€ 4,00
D FLUOR SPRINGTOUW 2m60	€ 4,00	€ 4,50	€ 3,50	€ 4,00
E FLUOR SPRINGTOUW 2m90	€ 4,00	€ 4,50	€ 3,50	€ 4,00
F BEADED ROPE SINGLE 3m	€ 7,00	€ 8,00	€ 6,00	€ 7,00
G BEADED ROPE SINGLE LONG HANDLE 5m	€ 11,00	€ 12,00	€ 10,00	€ 11,00
BEADED ROPE SINGLE LONG HANDLE 3m	€ 11,00	€ 12,00	€ 10,00	€ 11,00
H BEADED ROPE DOUBLE DUTCH (per set)	€ 18,00 per set	€ 19,00 per set	€ 17,00 per set	€ 18,00 per set
I LONG HANDLES MET FOAM GRIP 3m	€ 6,00	€ 7,00	€ 5,00	€ 6,00
BEADED ROPES EN LONG HANDLES ZIJN IN VERSCHILLENDE KLEUREN BESCHIKBAAR (ZIE WEBSITE)				
J BLUE SPEED ROPE MET HANDVATEN 2m85	€ 13,00	€ 14,00	€ 12,00	€ 13,00
BARE SPEED ROPE MET HANDVATEN 2m85	€ 13,00	€ 14,00	€ 12,00	€ 13,00
K BLUE SPEED ROPE ZONDER HANDVATEN 2m85	€ 6,00	€ 7,00	€ 5,50	€ 6,50
BARE SPEED ROPE ZONDER HANDVATEN 2m85	€ 6,00	€ 7,00	€ 5,50	€ 6,50
L XXL TOUW 11m	€ 9,00	€ 11,00	€ 8,00	€ 10,00
M DOUBLE DUTCH SUPER 5m (per set)	€ 9,00 per set	€ 11,00 per set	€ 8,00 per set	€ 10,00 per set
N DOUBLE DUTCH VLAS 5m (per set)	€ 13,00 per set	€ 16,00 per set	€ 12,00 per set	€ 15,00 per set
O SINGLE ROPE VERVANGTOUWEN 3m	€ 2,00	€ 2,50	€ 2,00	€ 2,50
HANDVATJES (per set)	€ 1,50 per set	€ 1,50 per set	€ 1,50 per set	€ 1,50 per set
P CORD ENDS (per 10 stuks)	€ 1,50 (10 stuks)	€ 1,50 (10 stuks)	€ 1,50 (10 stuks)	€ 1,50 (10 stuks)
Q TELLERS	€ 9,00	€ 9,50	€ 9,00	€ 9,50
R BREVETJES KRIEBEL, MICROBE, SKIPPER, SUPER, JUMPER	€ 0,50	€ 0,50	€ 0,50	€ 0,50



Grabbeltonboeken

BVLO-leden betalen slechts € 4,00 per boek
niet-leden betalen € 6,00 per boek (excl. port- en verzendingskosten - afhankelijk van het gewicht)

Sport als sociale arena, AGNES ELLING
ISBN 90 70870 55 X

30 jaar breedtesport, JEROEN SCHEERDER -
ISBN 90 70870 51 7

Turnen, WIM VERBESSEM
ISBN 90 70870 10 X

Zwemmen: van initiatie tot trainen, MICHEL LOUWAGIE
- ISBN 90 70870 16 9

Sportdag bijvoorbeeld, RIK BECKERS
ISBN 90 70870 48 7

Hoe kleuters en jonge kinderen taal leren in beweging, ANNIE LAMON E.A. - ISBN 90 70870 33 9

Hoe kleuters en jonge kinderen leren rekenen in beweging, ANNIE LAMON E.A. - ISBN 90 70870 34 7

Kwaliteitszorg in de sportclub: jeugdwerking,
PAUL DE KNOP E.A. - ISBN 90 70870 39 8

Ook via PVLO te verkrijgen

meer info op www.pvlo.be:

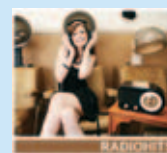
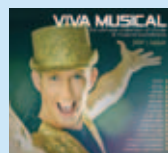
Sportspettters, REDACTIE GSF-SPORTIEF
€ 18,60 voor BVLO-leden, € 21,10 voor niet-leden

Met baby's, peuters en kleuters in het zwembad, REDACTIE GSF-SPORTIEF
€ 15,00 voor BVLO-leden, € 16,50 voor niet-leden

Volleybal is beweging, CARMELO PITTERA & DARIO RIVA
VIOLETTE
€ 14,00 voor BVLO-leden, € 16,50 voor niet-leden

Légerest Upgrade 1, JEAN-PIERRE VANDEBIST & MAURICE
VANDEKERKHOVE
€ 42,00 voor BVLO-leden, € 52,00 voor niet-leden

Deze prijzen zijn excl. port- en verzendingskosten,
afhankelijk van het gewicht van uw bestelling



Voor de nieuwste muziekc'd's, floorballsets en -balletjes, badmintonrackets en zitballen:
raadpleeg onze website: www.pvlo.be en surf naar 'e-shop'
We zorgen nog voor een aantal kaftjes van cd's (zijn aangevraagd)

U kunt via PVLO ook materiaal uit de Janssen en Fritsen catalogus bestellen: meer info, aanbiedingen en tips:
www.pvlo.be • Surf naar e-shop

Bestelformulier

Opsturen naar: **Publicatiefonds voor Lichamelijke Opvoeding vzw**, of faxen op het nummer: 09/229.31.20 of e-mailen: info@pvlo.be

U kunt ook bestellen via onze website (www.pvlo.be)! Surf naar e-shop!

Onze shop in Sint-Amandsberg is open alle werkdagen van 9.00u tot 12.00u en van 14.00u tot 17.00u.

Naam en Voornaam:

Straat: Nr:

Bus: Postnummer: Gemeente:

Tel.: Fax:

E-mail:

Lid BVLO

Lidnummer BVLO:

BVLO-Club:

VTS (Vlaamse Trainersschool - Bloso)

(gelieve aan te duiden wat van toepassing is)

Ik ben in de sportdiscipline:

VTS-cursist

VTS-gediplomeerde: initiator / trainer-B / trainer-A / toptrainer

BESTELT:

..... aan € (*) x ex.= €

..... aan € (*) x ex.= €

..... aan € (*) x ex.= €

..... aan € (*) x ex.= €

(*) noteer de prijs incl. port- en verzendingskosten, uitgezonderd voor de Ropeskippingtouwen

Opgelet:

(1) bij bestelling van Ropeskippingtouwen: de juiste lengte noteren

(2) de prijzen in deze folder (BTW inbegrepen) zijn geldig zolang de voorraad strekt, gekocht per normale hoeveelheden en afgezien van drukfouten.

Ik betaal na ontvangst van de factuur op het rek.nr. 446-9720101-65 van PVLO, BTW BE 420790057.

Datum en handtekening: