

Universiteit van Pretoria Jaarboek 2018

Krag en kondisionering in sport 320 (YCS 320)

Kwalifikasie Voorgraads

Fakulteit [Fakulteit Geesteswetenskappe](#)

Modulekrediete 30.00

Voorvereistes YCS 310

Kontaktyd 3 lesings per week

Onderrigtaal Afrikaans en Engels word in een klas gebruik

Departement Sport- en Vryetydstudies

Aanbiedingstydperk Semester 2

Module-inhoud

Hierdie module analiseer en kombineer die beginsels van krag en kondisionering in die ontwerp van gediversifiseerde krag- en kondisioneringsprogramme vir verskillende sportsoort.

Die inligting wat hier verskyn, is onderhewig aan verandering en kan na die publikasie van hierdie inligting gewysig word.. Die [Algemene Regulasies \(G Regulasies\)](#) is op alle fakulteite van die Universiteit van Pretoria van toepassing. Dit word vereis dat elke student volkome vertrouwd met hierdie regulasies sowel as met die inligting vervat in die [Algemene Reëls](#) sal wees. Onkunde betreffende hierdie regulasies en reëls sal nie as 'n verskoning by oortreding daarvan aangebied kan word nie.