

Mijn naam is Ruben Assmann en ik ben 35 jaar.

Ik ben al ruim 20 jaar actief als sporttrainer voor kinderen van 2 jaar oud tot en met volwassenen. Hiernaast geef ik agressie-managementtraining, want heb in 2010 mijn master Criminologie behaald. Momenteel ben ik Assistent-bondstrainer Ju Jitsu bij de Judo Bond Nederland. Zelf ben ik drievoudig Wereldkampioen, het behalen van deze titels is niet vanzelf gegaan.

Als topsporter heb ik namelijk geleerd dat hard werken wordt beloond.

Naast hard werken kan ik ook enorm genieten van de raakvlakken met andere sporten. Of het nou Handbal, Voetbal, Rugby, Hockey, Judo, Ju Jitsu of Tennis is, overal heb ik gezien dat we dingen van en aan elkaar kunnen leren.

Door al deze ervaringen heb ik geleerd doelgericht te trainen. Bovendien geloof ik in combinaties en dynamiek. Motorische vaardigheden en uithoudingsvermogen trainen zodat je coördinatief beter wordt, je meer snelheid genereert en ook voor de oudere junioren spierkracht ontwikkelt. Als ik hiermee mensen met plezier en passie kan helpen, is voor mij de missie geslaagd.

Hiernaast heb ik al eerder met Jeroen mogen samenwerken, waarbij we mooie resultaten hebben neergezet.

Mijn visie is: Door tevreden te zijn met wat ik heb maar te streven naar meer, geloof ik dat ik het beste in mijzelf en in anderen naar boven kan halen

Met vriendelijke groeten,

Ruben Assmann

06-13470612

ruben.assmann@rgsports.nl

