

94. De grondmotorische eigenschappen uit de klassieke trainingsleer zijn onafhankelijk van elkaar.
B
95. Het 'overload-principe' kan op gespannen voet komen te staan met het principe van de specificiteit van training.
A
96. De snelle verbetering in prestatie aan het begin van krachttraining is vrijwel geheel te wijten aan neurale adaptatie.
A
97. Het anaërobe uithoudingsvermogen is goed trainbaar.
B
98. Motivatie kan worden bevorderd door het hanteren van haalbare en realistische doelen.
A
99. De omgekeerde U-curve tussen arousal en prestatie is zowel afhankelijk van de taak als van het individu.
A
100. Hoewel het ouder wordende brein steeds minder plastisch wordt, blijven zowel functionele als structurele veranderingen door nieuwe ervaringen tot het laatst toe mogelijk.
A