



**VLAAMSE
TRAINERSSCHOOL**
SPORT VLAANDEREN - SPORTFEDERATIES
UNIVERSITEITEN EN HOGESCHOLEN LO

EEN INITIATOR EN TRAINER C ROPE SKIPPING BIJ JOU IN DE CLUB IN 2027?

Fantastisch! Zo geef je lesgevers uit jouw club en regio een perfecte gelegenheid om deze basis cursus voor competitietrainers dicht bij huis te volgen.

De Vlaamse Trainersschool/Sport Vlaanderen en de Gymnastiekfederatie organiseren jaarlijks tal van cursussen verspreid over heel Vlaanderen. Via dit formulier kan je een aanvraag doen voor Initiator en Trainer C Rope Skipping.

We verwachten van de clubs die zich kandidaat stellen een engagement op **3 vlakken**:

1. SPORTERS VOORZIEN TIJDENS EEN AANTAL LESMOMENTEN EN TIJDENS HET EXAMEN

Tijdens de gevraagde periode moeten het niet steeds dezelfde sporters zijn, er kan gewerkt worden met 'shiften', maar er dienen wel steeds het minimum aantal gevraagde sporters gelijktijdig aanwezig te zijn.

Initiator Rope skipping

- ✓ Laatste namiddag cursus (2u): 20-tal skippers (-11 jarigen zonder rope skipping ervaring of het huidige seizoen begonnen met rope skipping)
- ✓ Halve dag examen (4u): min. 20 skippers (-11 jarigen zonder rope skipping ervaring of het huidige seizoen begonnen met rope skipping)

Trainer C Rope Skipping

- ✓ Laatste namiddag cursus (2u): 15-tal skippers (skippers van I- of C-niveau)
- ✓ Halve dag examen (4u): 20 skippers (idem Initiator) + cursisten nemen zelf skippers van I- C-niveau mee

2. RESERVATIE VAN DE GESCHIKTE ACCOMMODATIE

2.1 THEORIE: VEREISTEN VERGADERZAAL OF KLASLOKAAL

- ✓ **Wifi gelijktijdig toegankelijk voor docent én cursisten** (essentieel voor lesverloop!)
- ✓ Tafels en stoelen in U-opstelling of klasopstelling voor minstens 25 personen
- ✓ Voldoende stopcontacten en/of verdeelstekkers (om laptops van deelnemers tussendoor op te laden)
- ✓ Beamer en scherm of smartboard
- ✓ Voldoende ruimte om (eventueel in aangrenzend lokaal) een aantal activerende werkvormen uit te voeren (vb. rollenspel EHBO)

2.2 PRAKTIJK: VEREISTEN SPORTHAL OF TURNZAAL

Minimale nodige materiaal per cursus:



- ✓ Zwevende sportvloer (1/3 van sporthal is voldoende)
- ✓ 10-tal kegels
- ✓ Muziekinstallatie
- ✓ Touwen (ook mogelijk te reserveren via de federatie): minimum 20 SR touwen, 10 paar CHWH touwen, 4 paar DD touwen, 2 long ropes

→ De accommodatie dient exclusief voor deze cursus voorbehouden te worden (geen andere groepen in de zaal) om de kwaliteit van de opleiding en de oefenmogelijkheden van de cursisten te garanderen.

→ De accommodatie wordt bij voorkeur gratis ter beschikking gesteld door club en/of gemeente. Uitzonderlijk is een vergoeding mogelijk (€5/u voor theorielokaal - € 15/u voor volledige sporthal). Tip indien de accommodatie via de gemeente/stad voorzien wordt: vraag eens of ze dit bij uitzondering gratis kunnen aanbieden voor een erkende trainersopleiding.

2.3 NODIGE RESERVATIES

We geven graag een voorbeeld van een lessenrooster. Kleine verschuivingen zijn mogelijk in overleg.

Initiator & Trainer C Rope Skipping

Cursusonderdeel	Dag	Timing	Soort accommodatie
Module 1 Start 2 Coach: Lessen	Dag 1	9.00 – 17.30 uur	Theorie
	Dag 2	9.00 – 13.00 uur	Theorie
		13.30 – 16.30 uur	Praktijk
Module 2/3: Lessen	Dag 1	9.00 – 13.00 uur	Theorie
		13.30 – 16.30 uur	Praktijk
	Dag 2	9.00 – 16.30 uur	Praktijk
	Dag 3	9.00 – 16.30 uur	Praktijk
	Dag 4	9.00 – 16.30 uur	Praktijk
	Dag 5	9.00 – 16.30 uur	Praktijk
	Dag 6	9.00 – 17.30 uur	Praktijk - enkel voor Trainer C
Module 4: Reflectiemoment		19.00 – 21.00 uur OF 10.00 – 12.00 uur	Online
Module 2/3: Examen		9.00 – 13.00 uur & 13.00 – 17.00 uur	Theorie én praktijk gelijktijdig

3. CONTACTPERSOON BINNEN DE CLUB DIE LOKALE ZAKEN OPVOLGT

- ✓ Eén aanspreekpunt voor Gymfed in voorbereiding van de cursus
- ✓ Aanwezig bij opstart van de cursus voor praktische zaken en afspraken met docent en cursisten
- ✓ Toezicht doen tijdens halve dag schriftelijk examen
- ✓ Zorgen dat voorziene accommodatie altijd tijdig beschikbaar/open en het nodige materiaal aanwezig is



**VLAAMSE
TRAINERSCHOOL**
SPORT VLAANDEREN - SPORTFEDERATIES
UNIVERSITEITEN EN HOGESCHOLEN LO

- ✓ Lokale promotie van de cursusorganisatie om voldoende deelnemers te hebben



**VLAAMSE
TRAINERSSCHOOL**
SPORT VLAANDEREN - SPORTFEDERATIES
UNIVERSITEITEN EN HOGESCHOLEN LO

STEL JE KANDIDAAT!

Lijkt dit iets voor jullie? Vul dan [dit formulier](#) voor **3 mei 2026** in om jullie kandidaat te stellen. Op basis van alle binnengekomen kandidaturen zal er in mei een planning worden opgemaakt voor 2026. Hierbij wordt rekening gehouden met de accommodatie, de regionale spreiding, beschikbare periode(s), beschikbare docenten, ...

Als de club bovenstaande engagementen kan aangaan én wordt gekozen, zullen **de Vlaamse Trainersschool/Gymfed** zorgen voor:

- Ervaren en gekwalificeerde docenten voor het geven van alle lessen
- Administratieve opvolging van inschrijvingen en betalingen
- Communicatie met cursisten
- Aanspreekpunt voor lokale verantwoordelijke
- Algemene promotie van de opleiding
- Dragen van kosten voor cursusmateriaal, betaling docenten en eventueel accommodatie

Heb je nog bijkomende vragen?

Aarzel niet contact op te nemen met Gymfed via telefoon 09 424 06 30 of e-mail info@gymfed.be