

# Trainer A Atletiek

## Doelstelling

Trainen en coachen van competitieve atleten tot op het internationaal niveau, rekening houdend met de ontwikkelingskenmerken van de doelgroep (SCHOLSEN) en de ontwikkelingslijn.

## Toelatingsvoorwaarden

**Kwalificatie:** het diploma 'Trainer B Atletiek' (binnen de specifieke discipline) bezitten of er mee gelijkgesteld zijn.

**Ervaring:** aan te tonen via een Intakegesprek:

- Actief zijn als trainer op nationaal niveau binnen de betrokken discipline: minstens 4 atleten op nationaal niveau begeleiden.
- Minimum 2 jaar training geven na het behalen van 'Trainer B Atletiek' (binnen de specifieke discipline).
- Aantonen toepassing geleerde kennis, vaardigheden en attitudes uit Trainer B.
- In het bezit zijn van 10 opleidingspunten behaald tijdens de afgelopen 4 jaar.

## Vrijstellingen

Vrijstellingen voor Module 1 (Algemeen Gedeelte) kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel – zie [website VTS](#) > nuttig voor cursisten.

**Module 1 dient verplicht als eerste succesvol afgerond te worden!** Vind [hier](#) de basismodules.

**Module 2A dient verplicht met succes gevolgd te worden vooraleer gestart kan worden met modules 2B, 3 en 4.**

➔ Module 2A wordt apart aangeboden.

## Module 1: Algemeen Gedeelte Trainer A

VAK	TYPE	Uren
Duiding bij de opleiding Trainer A	Geen examen	1
Meten en evalueren van het prestatievermogen	Theorie	6
Conditionele aspecten van sportbeoefening op hoog niveau	Theorie	12
Plannen en periodiseren	Theorie	6
Medische aspecten van sportbeoefening op hoog niveau	Theorie	5
Mentale aspecten van sportbeoefening op hoog niveau	Theorie	5

## Module 2A: Disciplineoverschrijdend Gedeelte


VAK	TYPE	Uren
Topsportbeleid van de Vlaamse Atletiekliga	Theorie (geen examen)	2
Toepassing van statistiek in de atletiek	Theorie	3
Medisch-wetenschappelijke omkadering van de atleet	Theorie	2
Medische en fysiologische screening van atleten (opstellen van een atletenprofiel)	Theorie	3
Videoanalyse en toepassingen in atletiek op topniveau	Theorie	3
Capita selecta: trainingsadministratie 'Fond/Halve Fond' of explosieve disciplines	Theorie	3

## Module 2B-3-4 : Sporttechnische, Didactisch-Methodische en Stagemodule Trainer A

Vanaf dit gedeelte kan gekozen worden voor een specifieke discipline:

- Hoogspringen
- Polsstokspringen
- Verspringen – Hinkstapspringen
- Hamerslingeren
- Kogelstoten
- Discuswerpen
- Speerwerpen
- (Halve) Fond
- Sprint – Horden
- Meerkamp

Voor elk onderdeel is de invulling verschillend.



### Extra informatie

Cursusmateriaal vind je na inschrijving via VTS Connect (leerplatform).

### Opleidingsaanbod

Via [deze website](#) kom je terecht op onze opleidingskalender.

### Vragen?

Meer informatie bij Sietske Lenchant, [sietske@atletiek.be](mailto:sietske@atletiek.be)