

Trainer B Wielrennen

Door de denkcel goedgekeurd op: 01-06-2024

Info: VTS-Secretariaat, Ina Staessen, tel. +32 2 209 47 22 , e-mail : ina.staessen@sport.vlaanderen**Benaming diploma :** Trainer B Wielrennen**Doelstellingen :**

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het zelfstandig begeleiden van wielrenners die actief zijn binnen een prestatiecontext tot op een nationaal niveau en zich situeren in de LTAD-ontwikkelingsfasen: Train to Train, Learn To Compete, Train to Compete, Learn to Win.

Toelatingsvoorwaarde(n) :

- Ervaring:**
 - o Sporttechnische ervaring kunnen aantonen via een portfolio en een intakegesprek met de DSKO:
 - 1 jaar zelfstandig een renner trainen en coachen vanaf U19 t.e.m. U23 op nationaal niveau binnen de eigen discipline in de afgelopen 3 jaar.
 - In het bezit zijn van 10 credits, samen te stellen op basis van onderstaande mogelijkheden en waarvan minstens 3 dienen verworven te zijn door het volgen van sporttechnische bijscholingen. 1 credit komt ongeveer overeen met 2u.
 - * Volgen van een VTS - bijscholing = 1 credit.
 - * Volgen van een Cycling Vlaanderen niveau "gevorderde" - bijscholing = 1 credit.
 - * Volgen van een andere relevante bijscholing - te beoordelen door de DSKO = 1 credit.
 - * Docent VTS S2C, Initiator, Instructeur of Trainer C = 2 credits/vak.
 - * Trainer-Begeleider van een overkoepelend project van Cycling Vlaanderen = 1 credit.
 - Actief trainer zijn op nationaal niveau binnen het wielrennen (aan te tonen via portofolio).
- Kwalificatievoorwaarde(n):**
 - o Kwalificatie: het diploma van 'Trainer C Wielrennen' bezitten of ermee gelijkgesteld zijn op het moment van inschrijven.

Vrijstellingen; volgorde van de modules en opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.):

Eventuele vrijstelling(en)

o Vrijstellingen kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel - www.sport.vlaanderen/vlaamse-trainersschool/vts-info/info-voor-cursisten.

Opleidingsonderdelen

De opleiding omvat 153 uren (waarvan 30 uren stage) , 9 module(s), en 19 vakken

Module 1A: Anatomie (basis) (6 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Anatomie (basis) - SWKV	T	D	6			6 u.
Module 1B: Sportfysiologie (gevorderd) (6 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Sportfysiologie (gevorderd) - SWKV	T	D	6			6 u.
Module 1C: Sportvoeding (6 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Sportvoeding - SWKV	T	D	6			6 u.
Module 1D: Sportpsychologie (basis) (6 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Sportpsychologie (basis) - SWKV	T	D	6			6 u.
Module 1E: Trainingsmethodiek (gevorderd): Uithouding (6 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Trainingsmethodiek (gevorderd): Uithouding - SWKV	T	D	6			6 u.
Module 2: Module Sporttechnische aspecten Trainer B Wielrennen (33 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Introductie tot de opleiding Trainer B Wielrennen	GE		1			1 u.
Visie, organisatie en talentontwikkeling binnen Wielrennen op nationaal niveau	TO	D	4	2		6 u.
Sportwetenschappelijke kennisbasis i.f.v. Wielrennen II	TO	D	2	2		4 u.
Fietspositionering en biomechanica	TO	D	6			6 u.
Digitale hulpmiddelen in Wielrennen op nationaal niveau	TO	D	3	1		4 u.
Medische en Paramedische Aspecten bij Wielrennen II	T	D	4	2		6 u.
Off the bike training voor wielrenners	T	D	2	2		4 u.
Tactische aspecten van Wielrennen	TO	D	2			2 u.

Legende: Delibereerbaarheid: D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak; Type = Evaluatietype:

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, AV = (Digitale) aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie, PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, TP = Theoretisch examen + Permanente evaluatie, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen + Theoretisch examen, PR = Portfolio + Praktijkexamen, TO = Theoretisch examen + Opdracht, PO = Praktijkexamen + Opdracht, OK = Online kennistoets;

Module 3: Module Trainingspraktijken en coaching Trainer B Wielrennen (44 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Trainingspraktijken Trainer B Wielrennen	GP	ND	6	6		12 u.
Wedstrijdpraktijken Trainer B Wielrennen	GP	ND	6	6		12 u.
Trainingsmethodiek, Plannen en Periodiseren Trainer B Wielrennen	T	ND	10	10		20 u.
Module 4: Module Stage Trainer B Wielrennen (34 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Stage Trainer B Wielrennen	PF	ND			30	30 u.
Feedback en reflectie stage Trainer B Wielrennen	GE			4		4 u.
Module 5: Module Levenslang leren (niveau 1) (12 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Basisbeginselen van coaching en competentieontwikkeling	PE	D	6	6		12 u.

Legende: Delibereerbaarheid: D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak; Type = Evaluatietype:

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, AV = (Digitale) aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie, PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, TP = Theoretisch examen + Permanente evaluatie, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen + Theoretisch examen, PR = Portfolio + Praktijkexamen, TO = Theoretisch examen + Opdracht, PO = Praktijkexamen + Opdracht, OK = Online kennistoets;