

G.O.T. Opleidingstraject 2025 (ex)topsporters

DSKO stijn.corten@cycling.vlaanderen

0472/46.55.44

SEPT 2024



Inhoud

1. Situering
2. Return sportfederatie en atleet
3. Criteria van de verschillende categorieën
4. Trajectmodaliteiten
5. Kosten
6. Begeleiding
7. Inschrijven



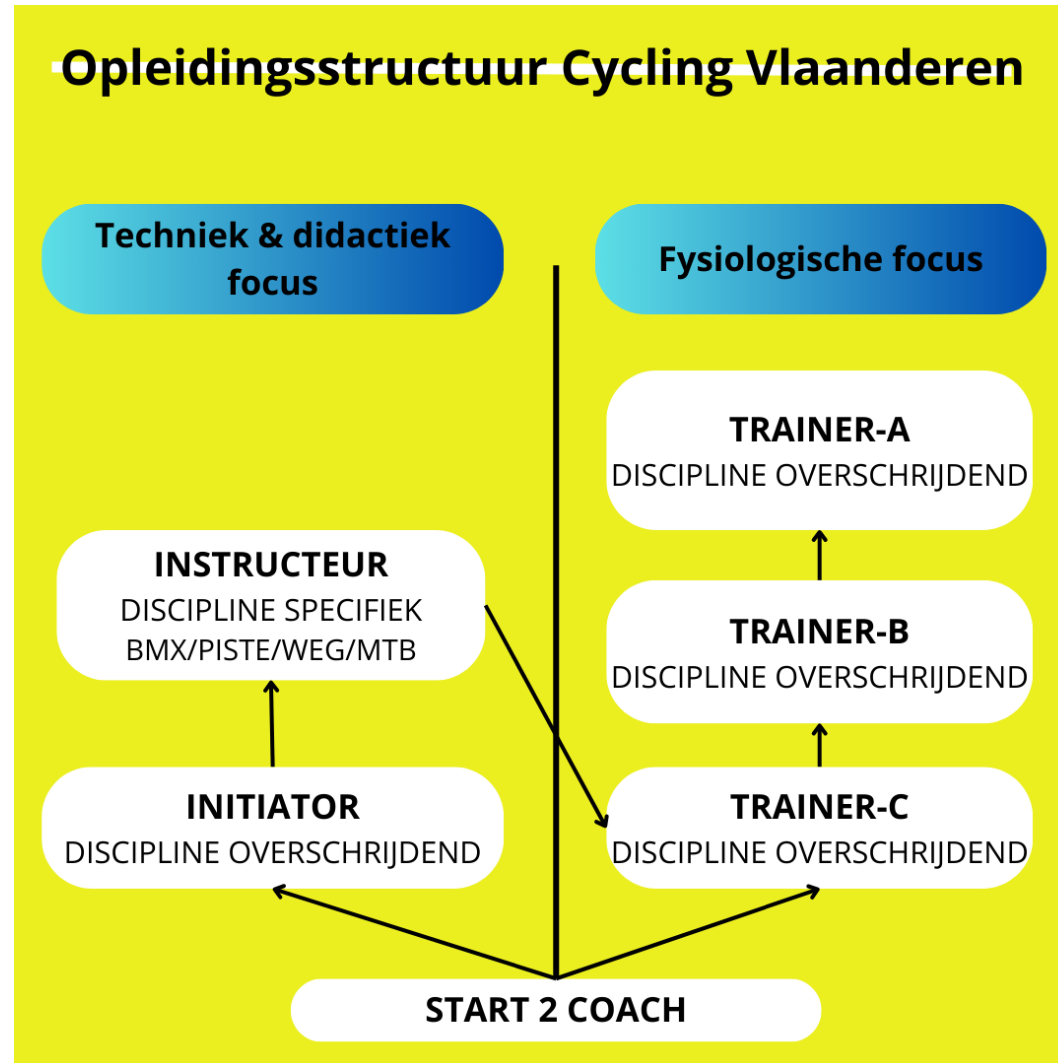
1. Situering

G.O.T. = Geïndividualiseerd Opleidingstraject voor (ex)Topsporters

Binnen de Vlaamse Trainersschool (VTS) werden in het verleden diverse initiatieven genomen om (ex-)topsporters tijdens of na hun topsportcarrière individueel en op maat te begeleiden in het behalen van een kwalificatie als sportbegeleider (Initiator, Instructeur, Trainer B en Trainer A). Deze doelgroep beschikt immers over ‘unieke’ sportspecifieke competenties (kennis, vaardigheden, attitudes en ervaring) die zo optimaal mogelijk dienen te worden doorgegeven aan de volgende generaties (zie verder). Op die manier kunnen deze (ex-)topsporters in hun nieuwe rol als gekwalificeerd sportbegeleider fungeren als ‘image builders’ of ‘ambassadeurs’ binnen hun eigen sporttak.



1. Situering



1. Situering

Traditioneel krijgen wielrenners(sters) die stoppen met topsport vaak de kans om aan de slag te gaan binnen (veelal sport specifieke) topsportstructuren. Naast een vertegenwoordigende functie in de wielersbranche, management of adviserende functies in bijvoorbeeld profteams en omkaderingstaken zoals mecaniciens of verzorger, gaat het vaak om 'coachgerichte' functies zijnde ploegleiders of (performance)coaches.

Voor de rol als *ploegleider* is er een aparte specifieke opleiding binnen Cycling Vlaanderen / UCI en voor de rol als *coach/trainer* worden er de nodige opleidingen via VTS aangeboden.

→ *TIMING: telkens post OS jaargang*



2. Return sportfederatie en atleet

De opleidingen voor ex-topsporters faciliteren, is niet enkel een erkenning van hun jarenlange carrière of een inschatting van de competenties als renner ten aanzien van de wenselijke kennis en vaardigheden als trainer. Nog meer moeten deze inspanningen ook andersom resulteren in een win-win situatie, waar ook de wielersport en Cycling Vlaanderen stappen vooruitzetten. Gekwalificeerde kunnen/zullen daarom worden ingezet in de sportfederatiewerking op verschillende manieren:

- Personeelsbestand
- Docentenkorps voor VTS-cursussen
- Trainerspool en coach community van Cycling Vlaanderen rol
- ...
- *Het hebben van een diploma is een noodzakelijke voorwaarde als coach/trainer!*



3. Criteria van de verschillende categorieën

Categorie 1 omvat de absolute top waarvoor geïndividualiseerde opleidingstrajecten voor een individuele (ex-)topsporter, image builders of groepstraject voor een aantal (ex-)topsporters samen tot en met het niveau **Trainer-B** aangeboden kan worden. → KAN PAS IN 2026 GESTART WORDEN !

Categorie 2 omvat de subtop waarvoor opleidingstrajecten voor een groep van (ex-)topsporters vooral samen of met uitzondering een geïndividualiseerd opleidingstraject op maat van een individuele (ex-)topsporter tot en met het opleidingsniveau **Trainer-C** aangeboden kan worden.



3. Criteria van de verschillende categorieën

Criteria categorie 2 ter opleiding van TRAINER-C

- Wegwielrennen:
 - Mannen: Minimum 3 jaar prof bij een World Tour of Pro cont ploeg
 - Vrouwen: Minimum 2 jaar prof World Tour of Pro cont ploeg
- Baanwielrennen: Deelname WK of OS in de elitecategorie en prof bij WorldTour, Pro cont ploeg of Defensie/Sport Vlaanderen.
- BMX: deelname met selectie EK, WK of OS
- MTB:
 - Mannen: 3 jaar prof renner en minimum deelname EK
 - Vrouwen: 2 jaar prof renner en minimum deelname EK
- Cyclo-cross:
 - Mannen: Minimum 3 jaar prof bij een World Tour of Pro Continentale ploeg en minimaal 1 WK deelname
 - Vrouwen: Minimum 2 jaar prof en 1 deelname aan EK
- G-Wielrennen: deelname aan EK

Naast bovenstaande prestatie vereisten zijn onderstaande criteria ook van tel:

Het imago van de (ex-)renner als uitdrager van de wielersport: De renner/renster is een promotor van zijn/haar wielerdiscipline en de sport in het algemeen, hij/zij is in de carrière nooit veroordeeld geweest voor het gebruik van verboden middelen, enz.

3. Criteria van de verschillende categorieën

Criteria categorie 1 ter opleiding van TRAINER-B:

Hierbij moet de (ex-)renner voldoen aan volgende 4 criteria voor een individueel traject:

- Resultaten: Top 8 Olympische Spelen of top 3 WK (Olympische disciplines) Elites behaald hebben.
- Timing: Bij voorkeur binnen de 5 jaar na het einde van de carrière deze opleiding starten.
- Het imago van de (ex-)renner als uitdrager van de wielersport. De renner/renster is een promotor van zijn/haar wielerdiscipline en de sport in het algemeen, hij/zij is in de carrière nooit veroordeeld geweest voor het gebruik van verboden middelen, enz.
- Potentieel en toekomstperspectieven van de (ex-)renner als trainer/coach. Hij/zij zal aan de slag gaan als trainer of heeft hiervoor reële ambities/kansen.



3. Criteria van de verschillende categorieën

Beoordelingscommissie:

- **Case per case** evaluatie van het persoonlijke dossier
- Niet automatisch als Cat.1 renner starten aan Trainer-B - inhoudelijke voorwaarden
 - Idem Cat 2.! → motivatie moet er zijn
- Leden commissie: topsportcommissie, VTS denkcel wielrennen



3. Criteria van de verschillende categorieën

Stappenplan evaluatie startcriteria:

1. Aanmelden bij DSKO ter motivatie van het volgen van de opleidingen en de kandidaat zijn/haar visie tot het behalen van een trainersdiploma.
2. Portfolio & SWOT analyse opmaken m.b.t. het handelen als trainer/coach. De documenten die beschikbaar zijn op de VTS website bij EVC procedure aanvraag kunnen daar een leidraad in zijn samen met de Competentie lijst 'BKD topsporter'.
3. Evaluatie van DSKO, Topsportcommissie en VTS-denkcel.
4. Opstart traject met ondersteuning via een DSKO/leercoach.
5. Begeleiding vanuit leercoach/DSKO in het zoeken naar een gepaste stageplaats, bij voorkeur in een jeugdclub.



4. Trajectmodaliteiten

GOT Traject = Reguliere Trainer-C traject mits aanpassingen:

- Schrappen van vakken
- Meer zelfstudie
- Online & opgenomen lessen
- Q&A momenten na zelfstudie
- Focus op de 'basis' kennis



4. Trajectmodaliteiten +/- 100 uren

TRAINER-C

MODULE S2C							0:00
			0:00	Basisprincipes rond verantwoord training geven			Online
			0:00	Basisprincipes rond verantwoord training geven			Gent
			0:00	Basisprincipes rond verantwoord training geven			Gent
				EXAMEN Module S2C			Online
MODULE 1							24:00
			6:00	Ontwikkelingsleer	} E-learning via VTS		
			6:00	Sportfysiologie (basis)			
			6:00	Plannen en periodiseren			
			6:00	Trainingsmethodiek (basis)			
			0:00	Trainingsmethodiek (basis)			
				EXAMEN Module 1			

4. Trajectmodaliteiten +/- 100 uren

TRAINER-C

MODULE 2							0:00
				0:00	Introductie tot de opleiding trainer-c		
				0:00	Visie, organisatie en talentontw. - deel 1		
				0:00	Visie, organisatie en talentontw. - deel 2		
				0:00	Sportwetenschappelijke kennisbasis - deel 1		
				0:00	Sportwetenschappelijke kennisbasis - deel 2		
				0:00	Biomechanica		
				0:00	Digitale hulpmiddelen in wielrennen		
				0:00	Digitale hulpmiddelen in wielrennen		
				0:00	Medische en paramedische aspecten		
				0:00	Breedmotorische ontwikkeling		
				0:00	EXAMEN Module 2		
MODULE 3							
				6:00	Trainingspraktijken SPRINT discipline		
				6:00	Trainingspraktijken DUUR discipline		
				0:00	Trainingsmethodiek, plannen en periodiseren		
				2:00	Motiverend coachen en begeleiding v. jeugd wielrenners		
				0:00	EXAMEN Module 3		
MODULE 4 STAGE							12:00
XX/XX/XXXX deadline indienen				10:00	Stage initiator wielrennen		Club
				2:00	Feedback en reflectie stage initiator wielrennen	DSKO op aanvraag	Online



4. Trajectmodaliteiten +/- 100 uren

Stage:

- Werking/bevraging van een jeugdteam (+/- 10 uur)
 - Evaluatie van een basiswerking!
- Begeleiding van 2 (jeugd)renners voor 1 **MACRO** cyclus



4. Trajectmodaliteiten +/- 100 uren

TIMING: (zal samen naar bepaalde momenten gezocht moeten worden)

- Voorjaar 2025: module 1 en 2
- Najaar 2025: module 3 - aanvang seizoen 2025-2026 begin stage
- Back up: aansluiten reguliere lesmomenten
- LES: Online avondsessie / opgenomen sessie / weekdays / ...



5. Kosten

- Regulier VTS cursusgeld (+/- 300 euro)
- Verplaatsingskosten lessen/stage
- Software kosten mbt stageopdrachten:
 - Bv Trainingpeaks
 - Bv Inspanningstesten



6. Begeleiding

- DSKO
- Coördinator topsport
- 5 Leercoaches
- Stagementor



7. Inschrijven!

1. Mail stijn.corten@cycling.vlaanderen - 0472/46.55.44
2. Opmaak **portfolio/SWOT** samen met DSKO/Leercoach
3. Persoonlijke timing & planning opmaken
4. Aanvraag laten goedkeuren commissie/VTS

