

Voorlichting Kv Fitnessinstructor



- H. Meijles – J.Siemons – J. Belt

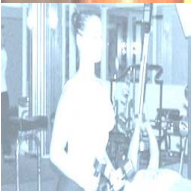


Op het CIOS Arnhem zijn er drie Fitness uitstroommogelijkheden:

- 1:Keuzevak Fitness-Instructor
- 2:Keuzevak Health-Instructor
- 3:Stream Fitness & Health Coordinator (n4)

*Let op: kv fitness niet kiezen als je de Fitness stream n4 wilt gaan volgen in de toekomst!
Eerst Kv Fitness instructor volgen daarna pas het kv Health instructor.*

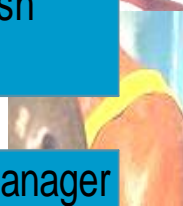
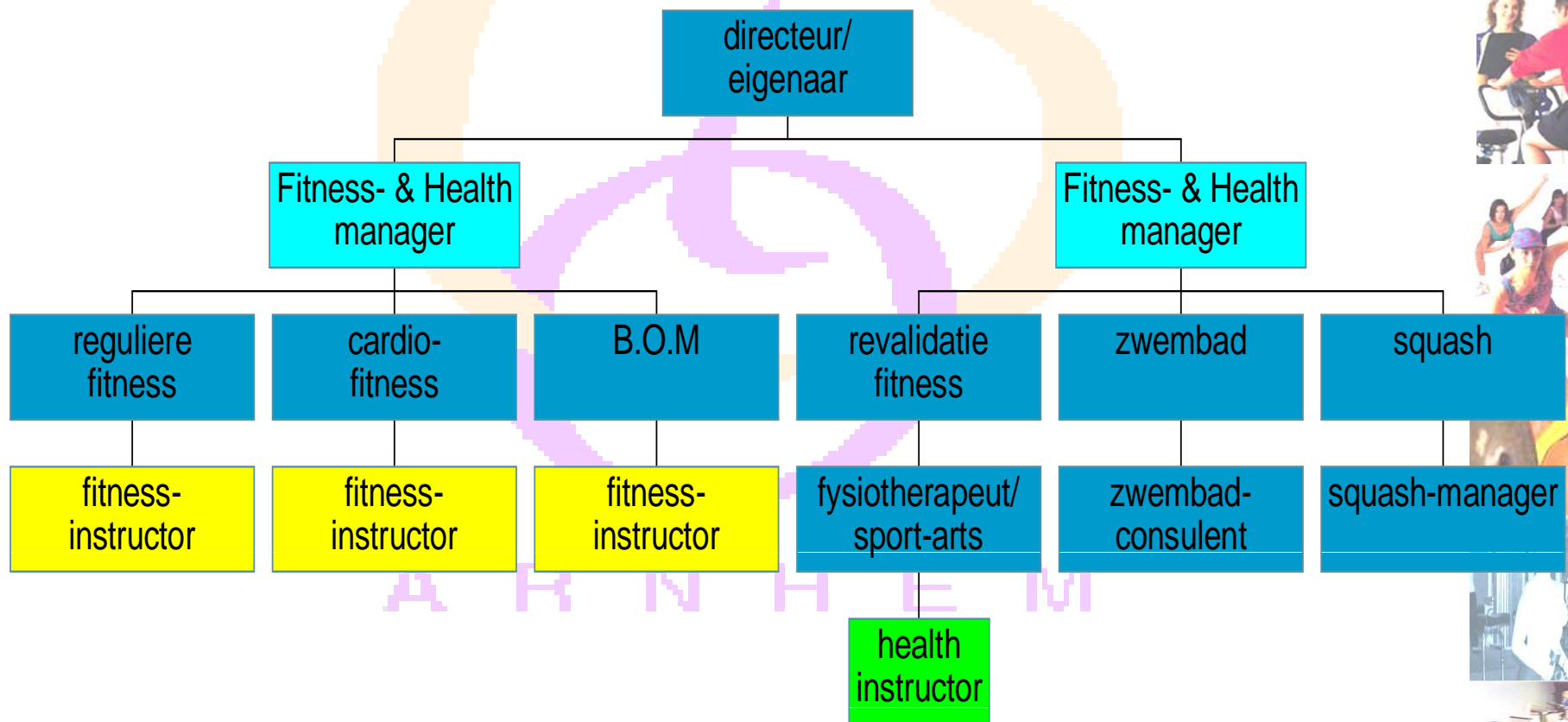
A R N H E M



uitstroomrichting inhoud	keuzevak Fitness-Instructor	keuzevak Health- Instructor	stream Fitness-& Health Coordinator
Fitness-instructie	X		X
Health-instructie		X	X
BOM		X	X
Fitness- management			X
Stage BPV	X	X	X



Organisatiestructuur: fitness personeel



Inhoud KV Fitness instructor

Onderwerpen theorie:

- Anatomie
- Trainingsleer
- Intakes en testen
- Opstellen trainingsprogramma's
- Blessures
- Voeding
- Etc.

A R N H E M



Inhoud KV Fitness instructor

Onderwerpen praktijk:

- Eigen vaardigheid (boek “Krachttraining”)
- Circuittraining
- Afnemen intakes en testen
- Uitvoeren en evalueren trainingsprogramma's
- Etc.

A R N H E M



Bpv

- Fitnesscentra met diverse doelgroepen
- Calbris erkend bedrijf
- Totaal in één jaar: 72 uur netto begeleide uren (ca. 3 uur in de week) en 38 uur voor- en nazorg (120 uur totaal)
- Structurele begeleiding
- Begeleiding vindt plaats door begeleider met minimaal diploma Fitnessstrainer A
- Alle beroepsproducten zijn af te sluiten

A R N H E M



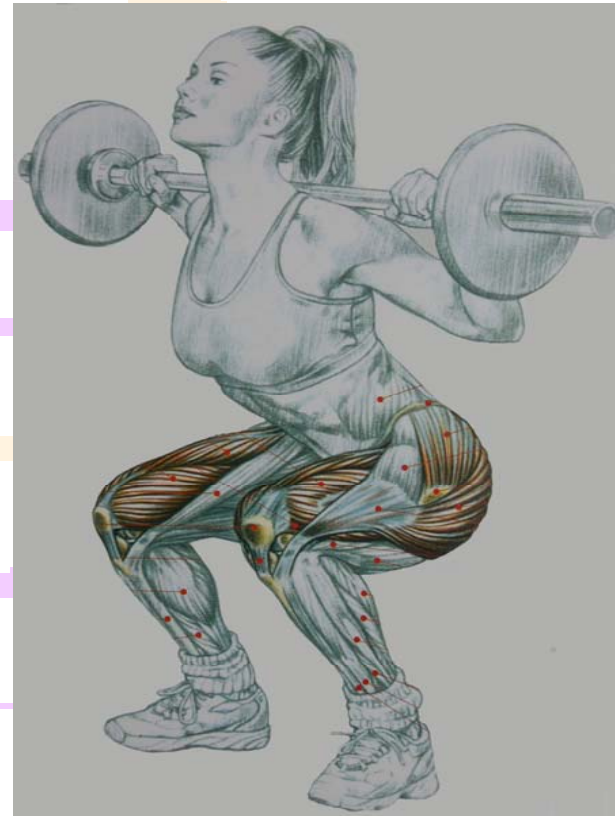
Afsluiting kv fitness

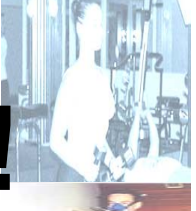
- 3 Beroepsprodukten: (BPV)
 - BP 1: intake en testen
 - BP 2: trainingsplan
 - BP 3: specifieke doelgroepen
- Beoordelingen(BPV en school)
- Schoolopdrachten (BPV en school)
- Praktijkexamen (school)
- Theorie-examen (school)

A R N H E M



- Vragen?





A R N H E M
Bedankt voor jullie aandacht!