



CIOS[®]
LEADERS IN SPORT.

Fitness & Health Instructor

- Voorlichting
- Schooljaar 2010-2011

Inhoud

CIOS
LEADERS IN SPORT.

- Inleiding
- Brancheverkenning
- De Fitness & Health Instructor
- Lesinhouden
- BPV (stage)
- De Beroepsproducten
- Belangrijke zaken
- Afsluiting



Inleiding

- Commerciële context
- KT 1 (+ 5) 'SB-activiteiten aanbieden (... aan specifieke doelgroepen)'
- Eén studiejaar, 30 weken
- Totaal 8 SBU's per week (4 les, 4 BPV)



De Fitness- & Healthbranche

Fitness, in de breedste zin van het woord, bevindt zich in de top vijf van meest beoefende takken van sport in Nederland. Van 1990 tot 2005 is fitness in populariteit gestegen, met name als aerobics onder fitness wordt geplaatst (OBiN).

Verschillende onderzoeken naar het aantal fitnessbeoefenaren in Nederland zijn niet eenduidig. Een schatting van **2,0 miljoen** fitnessbeoefenaren (12% van de Nederlandse bevolking, Jongert et al. 2007)) lijkt reëel.

Nederland telt **1600 fitnesscentra**, afhankelijk van de definitie van een fitnesscentrum. Nederland kent zowel qua inwoners als qua oppervlakte (dichtheid) een rijke bezetting aan centra.

De Fitness & Health Instructor

Het werk

- FHI werkt met groepen en individuen (personal trainer) in sportscholen, leisure-clubs, health-, fitness- en wellnesscentra;
- FHI houdt toezicht op klanten die gebruik maken van de faciliteiten en dragen zorg dat deze veilig en effectief kunnen bewegen;
- FHI geeft les, verzorgt de intake (incl. testen) van nieuwe leden en ontwerpt trainingsprogramma's. In een later stadium kan er worden gewerkt met specifieke doelgroepen (senioren, medisch fitness);
- FHI kan eventueel groepslessen verzorgen als circuittraining, aerobics, body-pump en spinning;
- FHI fungeert met name in wat kleinere clubs regelmatig als medewerker bij de receptie, achter de bar, in de sales, in het onderhoud en schoonmaak e.d. (routine-werkzaamheden);
- Aantal werkzame personen in de fitnessbranche ± 8000.

De Fitness & Health Instructor



Het inkomen

- Een full-time baan is een 38-40 uryge werkweek, met wisselende werktijden
- Veel mensen werken part-time of op freelance basis
- Het bruto-inkomen (richtlijn *learndirect-advice*):
 - beginnende FHI € 16.102,-
 - ervaren FHI € 20.493,- tot € 43.919,-
 - freelance FHI € 14,64 tot € 29,28 per uur
- Het inkomen wordt verder bepaald door:
 - leeftijd en ervaring;
 - diploma's en certificaten;
 - taken en verantwoordelijkheden
 - aantal en verscheidenheid aan lessen die je kan verzorgen;
 - specialisme(n);
 - aantal deelnemers (premies);
 - ORT (onregelmatigheidstoelagen);
 -



Lesinhouden

- Lesgeven → Micro-teaching
- Klantenbegeleiding
- Bewegings- + Trainingsleer
- Seniorenfitness
- Ziektebeelden
- Groepslessen (Spinning + Bodypump)
- Werkveldoriëntatie (o.a. beursbezoek)
- Voeding & Doping
- Gastlessen
-



Werkvormen

o Tutorgroepbijeenkomsten (TG)

- 1 SBU per week

o Hoorcolleges (KC)

- 1 SBU per week

o Practicum (DP + SV)

- 2 SBU per week

o Zelfstudie (ZS)

- 2 SBU per week

o BPV (stage)

- 80 klokuren
- 40 klokuren 'overhead'



BPV (stage)

- Stage plek bepalen, door Calbris erkend (zie BP 1)
- Solliciteren (brief, CV, gesprek)
- Je stageopdrachten en beroepsproducten moeten uitvoerbaar zijn op je stageplek
- Afspraken m.b.t. uren en inhoud leg je schriftelijk vast
- Afspraken m.b.t. begeleiding, taakomschrijving opdrachten afronden en evaluatie momenten
- Werkgever- ↔ werknemerrelatie
- 80 klokuren contacttijd
- ± 40 klokuren 'overhead'

Beroepsproducten

o Stageverslag

- Algemene gegevens
- BPV-opdrachten
- Gespreksformulieren
- Eindbeoordelingsformulier

o Proeve van Bekwaamheid (PvB)

- Voorbereiding
- Uitvoering
- Evaluatie

o Verslag Practicum + Tutorgroepopdrachten

Portfolio



club*sportive*club*sportive*

Gezocht: Fitness & Health Instructor m/v



Vragen



**Dank voor jullie aandacht en veel
succes bij het maken van je keuze!**