

**roc van
twente**

roc van
twente
Sport en bewegen

Fitness en gezondheid

Sport en bewegen niveau 3

Richting: Fitness en gezondheid

Je organiseert sport- en bewegingsactiviteiten. Je begeleidt mensen in groepen, maar ook individueel. Dat doe je bijvoorbeeld bij een fitnesscentrum, bootcamp groepen, een sportvereniging en gezondheidscentra. Met behulp van instructie van je leidinggevende maak je les- en trainingsplannen. Ook organiseer je sportieve evenementen. Daarnaast beschik je over algemene kennis en vaardigheden die van belang zijn om goed te kunnen functioneren binnen een sportorganisatie en het beroep succesvol uit te kunnen voeren.

Omschrijving richting: Fitness en gezondheid

Een sportleider in de richting fitness en gezondheid begeleidt mensen met het opbouwen en het op peil houden van conditie, trainingsgericht afvallen of het ontwikkelen of bijhouden van spiermassa. Je kunt mensen zowel individueel training geven en begeleiden als in groepen. In dit profiel ben je vooral werkzaam in fitnesscentra en bij organisaties waar mensen komen om aan hun conditie te werken.

Past dit beroep bij jou?

Je bent enthousiast, gemotiveerd en geïnteresseerd in fitness en gezondheid. Zelf heb je dan ook een actieve houding én je bent gezond en fit. Je wilt leren hoe je sport organiseert zowel in theorie en in praktijk. En: je vindt het leuk om mensen individueel en in groepen te begeleiden.

Hoe kan je vakkenpakket eruit zien?

- Beroepsspecifieke voorbereiding
- Trainingsleer
- Gezonde leefstijl
- Anatomie
- Fitness
- Testen en meten

Wat kun je na deze opleiding?

Na de richting fitness en gezondheid kun je aan het werk bij bijvoorbeeld een fitnesscentrum, bootcampgroepen, een sportvereniging en gezondheidscentra. Ook kun je verder studeren aan de opleiding sport en bewegen, niveau 4. Het profiel coördinator sport, bewegen en gezondheid sluit goed aan op dit profiel.

