



## Gezocht: docenten Co-Runner opleiding

De opleiding Co-Runner kent succes en wordt door veel verenigingen aangevraagd, waardoor het docentencorps ontoereikend is geworden.

Daarom zijn we op zoek naar dynamische docenten die gepassioneerd kunnen les geven, die ervaring hebben met jogbegeleiding en minstens de opleiding Initiator Running volgden of Bachelor LO zijn én die al enkele jaren ervaring hebben met de begeleiding van startende lopers (Start2Run). De lessen worden gegeven op basis van bestaand cursusmateriaal en zijn zeer praktijkgericht. Nieuwe docenten worden begeleid in hun taak.

De opleiding omvat 8u (zie stramien hieronder), gegeven over 2 halve dagen van 4u. De meeste opleidingen gaan door op zaterdagvoormiddag maar het kan ook op zondagvoormiddag. Verloning als verenigingswerker, dienstverlener of met arbeidsovereenkomst (afhankelijk van de persoonlijke situatie): € 160 + verplaatsingskosten per opleiding. De aanduiding gebeurt op basis van de combinatie woonplaats – cursusplaats.

**Geïnteresseerden melden zich zo snel mogelijk bij Paula Vanhoovels, [paula@atletiek.be](mailto:paula@atletiek.be)**, met een overzicht van enerzijds de genoten trainersopleiding en relevante bijscholingen van de laatste 3 jaren en anderzijds de ervaring als loopbegeleider.

Eind augustus wordt een samenkomst voorzien met alle docenten van de Co-Runner opleiding.

# De CO-RUNNER-opleiding

Locatie:	in de clubs / gemeenten
Lesdagen:	2 x halve dag (2x4u)
Deelnemeprijs:	€ 70 inclusief map met oefen- en spelvormen € 25 exclusief map

## Doelgroep

Deze opleiding richt zich naar beginnende loopbegeleiders die startende joggers begeleiden in hun activiteiten. Minimumleeftijd: 16 jaar worden in het jaar van de opleiding

## Doelstelling

De cursist leert een kleine loopgroep te begeleiden en kan alternatieve oefenvormen aanbieden op basis van bestaande schema's en oefenmateriaal.

## Inhoud

De opleiding omvat 8u, bij voorkeur gespreid over 2 halve lesdagen.

Tijdens de opleiding leer je in de praktijk hoe je de beginselen van het gezond joggen kan aanbrengen en wordt aandacht besteed aan de specifieke communicatie en organisatievormen die nodig zijn bij de begeleiding van deze doelgroep.

## Onderdelen

- Opbouw van een training
- Begeleiden van een loopgroep
- Alternatieve bewegingsvormen en loop(spel)vormen

## Verloop van de opleiding

### Dag 1 (4u)

- Didactiek alternatieve bewegingsvormen en loopvormen
- Bespreking opdracht cursisten naar 2<sup>de</sup> les toe: elk werkt een lesdeel uit naar  Begeleiden van een loopgroep  of Alternatieve bewegingsvaardigheden  of Loop(spel)vormen

### Dag 2 (4u)

- Looptechnische oefeningen
- Microteaching met recreanten of aan mekaar met feedback van de docent

## Evaluatie

De cursist wordt tijdens de opleiding geëvalueerd tijdens de praktische oefeningen.

De evaluatie is gericht naar

- Communicatievaardigheden (informerend, motiverend, feedback geven, ...)
- Organiseervaardigheden
- Toepassen van geschikte spel-/oefenvormen volgens de doelstelling van de training Cursisten die positief geëvalueerd worden ontvangen het attest van "Co-Runner".

Cursisten die binnen de 2 jaar na het behalen van hun attest deelnemen aan de opleiding "Initiator Running" worden vrijgesteld van deelname aan de lessen "Looptechnische oefeningen" en "Alternatieve bewegingsvormen".

## Inschrijving

De inschrijving gebeurt online bij de Vlaamse Atletiekliga.