

Trainer C Roeien

Door de denkcel goedgekeurd op: 01-06-2026

Info: VTS-Secretariaat, Sandra Berckmoes, tel. +32 2 209 47 35 , e-mail : sandra.berckmoes@sport.vlaanderen

Benaming diploma : Trainer C Roeien

Doelstellingen :

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het zelfstandig begeleiden van (jeugd)roeiers die actief zijn binnen een prestatiecontext (georganiseerde sportstructuren) tot op een nationaal niveau en zich situeren in de LTAD-ontwikkelingsfasen: Train to train en/of Learn to compete.

De volledige opleidingsstructuur van roeien kan je hier raadplegen <https://www.sport.vlaanderen/vlaamse-trainersschool/zoek-de-opleiding-die-bij-je-past/keuzewijzer-vts/opleidingsstructuur-roeien/>

Toelatingsvoorwaarde(n) :

- **Leeftijd (worden):**
 - o Minstens 16 jaar worden in de loop van het kalenderjaar waarin de cursus start.
- **Sporttechnische voorwaarde:**
 - o Een A-vergunning, afgeleverd door de Vlaamse Roeiliga OF
 - o Het initiatie roeibrevet van de Vlaamse Roeiliga OF
 - o Geslaagd zijn voor de toelatingsproef 'Trainer C Roeien'. Meer info via de Vlaamse Roeiliga - www.vlaamse-roeiliga.be. Om te slagen voor deze toelatingsproef moet de cursist met een initiatieboot (C-boot, roeiplank of trimmy) volgende vaardigheden correct uitvoeren: boot uithalen, inleggen, instappen, varen 250m, terugkeren en uitstappen.

Vrijstellingen; volgorde van de modules en opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.):

Eventuele vrijstelling(en)

o Vrijstellingen kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel - www.sport.vlaanderen/vlaamse-trainersschool/vts-info/info-voor-cursisten.

Volgorde van de modules

o Het is aangeraden om de Modules 1 (1A+1B+1C+1D) eerst te voltooien aangezien dit de basis is voor Modules 2, 3 en 4.

o Deelname aan het praktijkexamen van het vak 'Trainingspraktijken Trainer C Roeien' en 'Wedstrijdpraktijken Trainer C Roeien' van Module 3 kan pas na het indienen van een volledige stageportfolio van Module 4.

Opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.)

o Voor de praktijkgedeelten is nauwaansluitende sportkledij vereist.

o Van de cursisten wordt verwacht dat ze voldoende goed kunnen zwemmen (zelfredzaam zijn in het water).

Opleidingsonderdelen

De opleiding omvat 92 uren (waarvan 14 uren stage) , 7 module(s), en 16 vakken

Module 1A: Start 2 Coach (15 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Basisprincipes rond verantwoord training geven	PT	ND	7	8		15 u.
Module 1B: Motorisch leren (6 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Motorisch leren - SWKV	T	D	6			6 u.
Module 1C: Trainingsmethodiek (basis) (9 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Trainingsmethodiek (basis) - SWKV	T	D	9			9 u.
Module 1D: Sportpsychologie (basis) (6 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Sportpsychologie (basis) - SWKV	T	D	6			6 u.
Module 2: Module Sporttechnische aspecten Trainer C Roeien (22 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Introductie tot de opleiding Trainer C Roeien	GE		1			1 u.
Opleidingsvisie van de Vlaamse Roeiliga op Trainer C-niveau	T	D	2			2 u.
Technische aspecten bij de jeugdroeier	PT	ND	3	3		6 u.
Materiaalkennis en basis afstelling in het roeien	PT	ND	2	1		3 u.
Fysieke voorbereiding van de jeugdroeier	T	ND	2	1		3 u.
Medische en paramedische aspecten bij de jeugdroeier	T	D	4			4 u.
Structuren en veiligheid in het roeien	T	D	2			2 u.
Nationale roeiwedstrijdreglementering in functie van jeugdcompetitie	T	D	1			1 u.

Legende: Delibereerbaarheid: D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak; Type = Evaluatietype:

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, AV = (Digitale) aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie, PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, TP = Theoretisch examen + Permanente evaluatie, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen + Theoretisch examen, PR = Portfolio + Praktijkexamen, TO = Theoretisch examen + Opdracht, PO = Praktijkexamen + Opdracht, OK = Online kennistoets;

Module 3: Module Trainingspraktijken en coaching Trainer C Roeien (18 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Trainingspraktijken Trainer C Roeien	P	ND	2	7		9 u.
Wedstrijdpraktijken Trainer C Roeien	P	ND	2	7		9 u.
Module 4: Module Stage Trainer C Roeien (16 u.)	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Stage Trainer C Roeien	PF	ND			14	14 u.
Feedback en reflectie stage Trainer C Roeien	GE			2		2 u.

Legende: Delibereerbaarheid: D = Delibereerbaar vak, ND = Niet delibereerbaar vak; Type = Evaluatietype:

T = Theoretisch examen, P = Praktijkexamen, PF = Portfolio, AV = (Digitale) aanwezigheid verplicht, GE = Geen evaluatie, PE = Permanente evaluatie, GP = Geïntegreerde proef, OP = Opdracht, TP = Theoretisch examen + Permanente evaluatie, PP = Praktijkexamen + Permanente evaluatie, PT = Praktijkexamen + Theoretisch examen, PR = Portfolio + Praktijkexamen, TO = Theoretisch examen + Opdracht, PO = Praktijkexamen + Opdracht, OK = Online kennistoets;