



▶ **SPORT EN BEWEGEN**

Keuzedelen en Uitstroomprofielen

Groningen en Assen



VOORWOORD

Welkom bij de opleiding Sport en Bewegen!

Met deze brochure willen we jou informeren over de verschillende keuzedelen die we aanbieden. Ook staan de uitstroomprofielen kort toegelicht achter in deze brochure.

Tijdens de opleiding ga jij je specialiseren en moet je daarom verschillende keuzes maken. Zo kiezen de niveau 3 en 4 studenten vanaf het eerste jaar een keuzedeel. Met een keuzedeel ga jij jouw kennis verbreden, verdiepen of ga jij je voorbereiden op een vervolgopleiding. Vanaf het tweede jaar kies je daarnaast een uitstroomprofiel.

De meeste keuzedelen duren een schooljaar. Gedurende dit jaar heb je 2,5 uur in de week les en daarnaast loop je gemiddeld 3 uur in de week stage. Met een groot aantal keuzedelen kun je een trainersdiploma halen. Het werkveld heeft behoefte aan goed opgeleide trainers, dus met een trainersdiploma op zak is het vaak niet moeilijk een (bij)baan te vinden. Veel van onze keuzedelen kun je afsluiten met een officieel bondsdiploma, zoals een diploma van de KNVB, de KNGU en JBN. Daarnaast bieden we keuzedelen aan om te werken aan je 21st century skills. Denk aan digitale vaardigheden of werken in het buitenland.

Ieder schooljaar stemmen wij onze keuzedelen af op de ontwikkelingen in het werkveld.

Alvast veel succes met het maken van een keuze voor een vervolgopleiding!

*Docenten team Sport en Bewegen
Groningen en Assen*

Editie 2022

INHOUDSOPGAVE

▶ BSO 8-12 jaar	6
▶ Combinatiefunctionaris IKC/ Brede school	8
▶ Digitale vaardigheden gevorderd	10
▶ Doorstroom naar hbo mens en maatschappij	12
▶ Duits A1/A2 in het beroepsonderwijs	14
▶ Engels A2/B1	16
▶ Gezonde leefstijl	18
▶ Instructeur athletic skills model	20
▶ Instructeur en trainer-coach gymnastiek	22
▶ Instructeur (e-)mountainbiken	24
▶ Instructeur conditie en hersteltraining	26
▶ Instructeur dans/ bewegen op muziek (Freestyle/bodypump)	28
▶ Instructeur dans/bewegen op muziek (Hip hop)	30
▶ Instructeur fitness (A)	32
▶ Instructeur judo	34
▶ Instructeur kajakken, kanoën en raften	36
▶ Instructeur skiën (A) en Verdieping instructeur (skiën B)	38
▶ Instructeur sportklimmen	40
▶ Instructeur zwemonderwijs	42
▶ Internationaal II: werken in het buitenland	44
▶ Leisure leefstijlen	46
▶ Lifeguard	48
▶ Oriëntatie op ondernemerschap	50
▶ Outdoor activiteiten	52
▶ Seniorenbewegingsleider	54
▶ Spaans A1/A2 in het beroepsonderwijs	56
▶ Specifieke doelgroepen sport en bewegen	58

▶ Sportinstructie en activiteiten voor kinderen 4-12 jaar (voetbaltrainer)	60
▶ Sportmassage	62
▶ Trainer coach voetbal (UEFA C Youth)	64
▶ Trainer coach volleybal	66
▶ Vechtsporttrainer en -pedagoog	68
▶ Verdieping instructeur (Fitness B)	70
▶ Voorbereiding hbo (algemeen)	72
▶ Voorbereiding hbo (ALO/Sportkunde)	74
▶ Uitstroomprofielen - niveau 3 en 4	76
▶ Keuzedelen-overzicht	82



NUMMER: K0611
AARD: Verdiepend
UREN: 240



► Voor wie

Dit keuzedeel is geschikt voor iedereen die het leuk vindt om kinderen te ondersteunen en stimuleren in hun doorgaande ontwikkeling. In dit keuzedeel komt het specifieke van het werken binnen een Integraal Kindcentrum (IKC) aan de orde. Er worden kennis en vaardigheden beschreven die een beginnend beroepsbeoefenaar voorbereiden op het werken in een IKC. Hierbij ligt de focus op het ondersteunen en stimuleren van kinderen in hun doorgaande ontwikkeling, het verbinden van formeel en informeel leren en het werken in interdisciplinaire teams.

▶ **Inhoud keuzedeel:**

Een greep uit de onderwerpen:

- Kennis van ontwikkelingspsychologie en het puberbrein
- Talentontwikkeling in techniek, muziek en drama
- 21e eeuwse vaardigheden
- Omgaan met verschillen
- Gesprekstechnieken

▶ **Stage:**

Je gaat stagelopen bij een S-BB erkende kinderopvang.

▶ **Toelating:**

Iedereen is welkom, affiniteit met de doelgroep is wel een pré.

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

▶ **Locatie en tijdstip:**

Het keuzedeel wordt gegeven op dinsdagavond van 19.00 tot 21.30 uur bij het Alfa-college Sport en Bewegen.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

Er zijn geen kosten verbonden aan dit keuzedeel.

▶ **Meer informatie:**

Fanny van Eijden (ajh.vaneijden@alfa-college.nl)

COMBINATIEFUNCTIONARIS IKC/BREDE SCHOOL

NUMMER: K1292
AARD: Verbredend
UREN: 240

► Voor wie

Basisonderwijs en kinderopvang gaan steeds meer samenwerken. Aanvankelijk vond samenwerking plaats in de vorm van Brede Scholen. Integrale kindcentra (IKC) gaan een stap verder. Binnen een IKC verenigen deelnemende organisaties zich in één gezamenlijk programma voor onderwijs, opvang, vrije tijd en zorg en zo mogelijk in één werkgeverschap. Word jij hier enthousiast van en werk je graag met kinderen? Dan is dit keuzedeel wellicht iets voor jou!



▶ **Inhoud keuzedeel:**

Dit keuzedeel bereidt de beginnend beroepsbeoefenaar voor op het werken in een IKC. Het keuzedeel bestaat uit kennis en vaardigheden die nodig zijn om samen met andere professionals te werken aan het realiseren van een optimale doorgaande ontwikkeling voor elk kind. Er wordt aandacht besteed aan de specifieke rol van de pedagogisch werker in een IKC: het volgen van een kleinere groep kinderen met extra aandacht, het optreden als hun belangenbehartiger en het leggen van verbindingen met overige professionals binnen het IKC.

▶ **Stage:**

Bij dit keuzedeel ga je stagelopen bij een S-BB erkende IKC / Brede school

▶ **Toelating:**

Heb je affiniteit met kinderen, onderwijs, zorg en opvang, dan ben je welkom!

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

▶ **Locatie en tijdstip:**

Het keuzedeel wordt gegeven op woensdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij het Alfa-college.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

€ 40,-

▶ **Meer informatie:**

Gwen Kelderman (g.kelderman@alfa-college.nl)

DIGITALE VAARDIGHEDEN GEVORDERD



NUMMER: K0023
AARD: Generiek,
verdiepend
UREN: 240

► Voor wie

Als werknemer in deze kenniseconomie kom je dagelijks in aanraking met digitale vaardigheden. In dit keuzedeel leer je deze vaardigheden in de context van het beroep dat je later gaat uitvoeren. Je leert waar je als trainer en organisator digitale middelen inzet.

Ben jij iemand die van technologie, apps en gadgets houdt?
Ben jij nieuwsgierig hoe software en hardware in elkaar steekt?
Dan is dit keuzedeel misschien wat voor jou.

▶ **Inhoud keuzedeel:**

In het keuzedeel leer je werken met actuele (sport)apps en programma's, het MS Office pakket, video bewerken, simpele websites bouwen, en leer je hoe je digitale middelen in kan zetten bij je trainingen en projecten.

▶ **Stage:**

De stage bestaat uit zelfstudie.

▶ **Toelating:**

Niet van toepassing

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

▶ **Locatie en tijdstip:**

De lessen vinden plaats op woensdagmiddag van 13.00-16.00 uur bij Alfa-college Sport en Bewegen.

▶ **Kosten:**

Laptop verplicht en een chromebook is niet toegestaan

▶ **Meer informatie:**

Nick Klaassen (n.klaassen@alfa-college.nl)

DOORSTROOM HBO, MENS EN MAATSCHAPPIJ

NUMMER: K0231
AARD: Doorstroom
UREN: 240



► Voor wie

Zit je in leerjaar 3 niveau 4 en ben je van plan door te stromen naar het hbo en het domein Mens en maatschappij, dan is dit keuzedeel ideaal voor jou.

▶ **Inhoud keuzedeel:**

Het keuzedeel heeft drie hoofdthema's, nl:

- Kennismaken met vakkennis en/of vraagstukken binnen het domein Mens en Maatschappij op beginnend hboniveau.
- Studievaardigheden verwerven gericht op een hbo-studie in het domein Mens en Maatschappij.
- Voorbereiden op een gefundeerde keuze voor een hbo-opleiding in het domein Mens en Maatschappij.

▶ **Stage:**

Voor dit keuzedeel hoef je geen stage te lopen.

▶ **Toelating:**

Iedereen die naar het derde leerjaar niveau 4 gaat, is welkom.

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

▶ **Locatie en tijdstip:**

Het keuzedeel wordt gegeven op woensdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij het Alfa-college.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

Aan dit keuzedeel zijn geen kosten verbonden.

▶ **Meer informatie:**

Frony van der Zwaag (fm.vanderzwaag@alfa-college.nl)

DUIJS A1/A2 IN HET BEROEPSONDERWIJS

► Voor wie

Heb jij belangstelling voor de Duitse taal en cultuur, dan is dit keuzedeel iets voor jou. Na het afronden van dit keuzedeel kun jij je staande houden in het Duits in (eenvoudige) standaardsituaties. Dit keuzedeel is relevant voor studenten die in hun werk of stage met Duits te maken hebben, denk bijvoorbeeld aan studenten die aan de slag gaan als bijvoorbeeld skileraar in Oostenrijk.

NUMMER: K0959
AARD: Generiek
UREN: 240



▶ **Inhoud keuzedeel:**

- Schrijfvaardigheden
- Spreekvaardigheden
- Kennis van de cultuur

▶ **Stage:**

Je stage bestaat uit een reis van vijf tot zeven dagen naar Berlijn, waarbij je praktijkgerichte taalopdrachten gaat doen en ondergedompeld wordt in de cultuur van Berlijn.

▶ **Toelating:**

Er zijn geen toelatingseisen voor dit keuzedeel.

▶ **Certificaat/diploma:**

Je rondt dit keuzedeel af met het internationaal erkende Goethe examen.

▶ **Locatie en tijdstip:**

Dit keuzedeel wordt gegeven op woensdagmiddag bij het Alfa-college Sport en Bewegen. Bij veel belangstelling starten we een groep om 13.30 en 16.30 uur.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

€ 305,- (voor de reis naar Berlijn, lesmateriaal en het Goethe examen).

▶ **Meer informatie:**

Yvonne Blanc (yj.blanc@alfa-college.nl)

► Voor wie

Volg je een niveau 3 opleiding, dan heb je geen engels in het programma. Wil je na het behalen van je niveau 3 opleiding doorstromen naar niveau 4, dan is dit keuzedeel erg handig om te volgen! Want als je cijfer minimaal een 6 is, kun je met het behalen van dit keuzedeel een vrijstelling halen voor Engels.



▶ **Inhoud keuzedeel:**

We gaan klassikaal aan de slag met de Engelse taal. Alle oefenvormen zijn erop gericht om snel op het juiste niveau te komen dat wordt verlangd (A2/B1). De vier officiële examens (schrijven, lezen/luisteren, spreken en gesprekken) zijn tevens vereist voor het behalen van dit keuzedeel.

▶ **Stage:**

Voor dit keuzedeel loop je geen stage. Wel is er een mogelijkheid om een week naar een Engelstalige land of een Engelse stag te gaan. Hier word je vooraf over geïnformeerd.

▶ **Toelating:**

Ga je naar het derde leerjaar niveau 3, dan ben kun je meedoen aan dit keuzedeel. Affiniteit met de Engelse taal is een pré.

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer kom op je diploma. Ook worden de resultaten van de examens in je examendossier voor niveau 4 opgenomen, zodat het vak Engels hiermee kan worden afgerond.

▶ **Locatie en tijdstip:**

De lessen vinden plaats op vrijdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij het Alfa-college Sport en Bewegen.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

Er zijn geen kosten aan dit keuzedeel verbonden. Als de buitenlandse reis plaatsvindt, wordt hiervoor wel een eigen bijdrage gevraagd.

▶ **Meer informatie:**

Ireen Nieboer (i.nieboer@alfa-college.nl)

NUMMER: K0219
AARD: Verdiepend
UREN: 240



► Voor wie

Het keuzedeel is bedoeld voor de student die interesse heeft in factoren die van invloed zijn op de gezondheid. Hij/zij wil graag actief aan de slag om groepen, bedrijven, scholen en individu'en voor te lichten en te adviseren over een gezonde leefstijl en met de doelgroep een sport/beweegprogramma samen te stellen. De student kan zijn/haar kennis van gezonde leefstijl toepassen op diverse doelgroepen.

► **Inhoud keuzedeel:**

- Gezond bewegen
- Bewegen in het algemeen dagelijks leven
- Functioneel trainen
- Beweeg- en belastingscan
- Testen en meten
- Functionele Voeding
- Advisering over functionele voeding
- Roken
- Alcohol
- Drugs
- Gamen
- Stress
- Slapen
- Gedrag
- Beïnvloeding van gedrag
- Coachen

► **Stage:**

Voor dit keuzedeel loop je stage bij een S-BB leerbedrijf, zoals een sportschool, een diëtist of een leefstijlcoach.

► **Toelating:**

Heb je affiniteit en interesse in alles wat de gezondheid beïnvloedt en lijkt het je het leuk om kennis te krijgen en te delen? Ook leer je een fysiek gezond, verantwoord en uitdagend programma te maken. Het keuzedeel Gezonde Leefstijl is dan echt iets voor jou!

► **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

► **Locatie en tijdstip:**

Dit keuzedeel wordt gegeven op dinsdagavond van 19.00 tot 21.30 bij het Alfa-college Sport en Bewegen.

► **Kosten (o.v.b.):**

Aan dit keuzedeel zijn geen kosten verbonden.

► **Meer informatie:**

Ivo van Hijum (ij.vanhijum@alfa-college.nl)

INSTRUCTEUR ATHLETIC SKILLS MODEL

NUMMER: K1275
AARD: verbredend
UREN: 240



► Voor wie

Word jij blij van training geven? Word jij blij van het zien van ontwikkeling? Heb jij affiniteit met talentontwikkeling van jonge sporters? Wil jij je verdiepen in de motorische ontwikkeling van jonge sporters? Wil jij training geven aan regionale talenten in verschillende disciplines? Dan is dit keuzedeel zeker iets voor jou. Het is een praktisch keuzedeel die in elke sport is toe te passen. Je gaat training geven aan de regionale talenten van Groningen binnen verschillende disciplines en wordt hierbij gecoacht door de regionale trainers/coaches van de verschillende sporten.

▶ **Inhoud keuzedeel:**

- Grondvormen van bewegen (Basic Movement Skills)
- Coördinatief vermogen (Coordinative Abilities)
- Fysiek vermogen (Conditions of Movement)

▶ **Stage:**

Naast dat je gaat training geven binnen het keuzedeel ga je ook stagelopen bij een S-BB erkend leerbedrijf.. Het mooie aan dit keuzedeel is dat dit in iedere setting kan zijn.

▶ **Toelating:**

Er zijn geen toelatingseisen aan dit keuzedeel verbonden.

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een officieel Athletic Skills Model certificaat.

▶ **Locatie en tijdstip:**

De lessen vinden plaats op woensdagmiddag van 13.30 tot 16.30 uur op het Alfa- college Sport en Bewegen te Groningen. Er zal altijd een wisselwerking zijn van theorie en praktijk (binnen en buiten).

▶ **Kosten (o.v.b.):**

nog nader te bepalen

▶ **Meer informatie:**

Jeffry Snijder (j.snijder@alfa-college.nl)

INSTRUCTEUR EN TRAINER-COACH GYMNASTIEK

► Voor wie

Dit keuzedeel is niet alleen geschikt voor de goede turners en turnsters op onze opleiding, ook iedereen die op zoek is naar meer verdieping voor bijvoorbeeld het BOS-profiel is erg welkom. Je moet het wel leuk vinden om met kinderen van 4-12 jaar om te gaan, want deze doelgroep kom je vooral tegen binnen je stage.

Je kunt binnen dit keuzedeel zowel je diploma gymnastiekleider niveau 2 als je diploma gymnastiekleider niveau 3 van de KNGU halen. Je mag dit ook verspreiden over twee jaar.

NUMMER:
K0911 en K0934
AARD: Verdiepend
UREN: 240



► **Inhoud keuzedeel:**

- Kennismaken met alle onderdelen die binnen een gymnastiekvereniging gegeven kunnen worden. Van kleuters tot aan ouderen, van recreatiegym tot aan selectieturnen en van jongens,- tot aan meisjesturnen
- Methodieken
- Technieken
- Hulpverlening
- Omgaan met kinderen
- Bedenken van uitdagende en leuke gymnastieklessen

► **Stage:**

Bij dit keuzedeel mag je bij een selectiegroep je opdrachten uitvoeren. In overleg met de docent is het ook mogelijk om een aantal opdrachten binnen je BOS-stage uit te voeren. De vereniging moet S-BB erkend zijn.

► **Toelating:**

Er zijn geen specifieke toelatingseisen. Heb je, via de KNGU, al een opleiding gedaan, dan kun je op een hoger niveau instromen.

► **Certificaat/diploma:**

Naast het schoolexamen, doe je een examen van de KNGU. Rond je dit met een voldoende af dan krijg je een diploma van de KNGU. Met een diploma van de KNGU mag je zelfstandig lesgeven bij een gymnastiekvereniging.

► **Locatie en tijdstip:**

De lessen worden op vrijdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur aangeboden in de turnzaal van het Alfa-college Sport en Beweging.

► **Kosten (o.v.b.):**

- € 40,- Gymnastiekleider niveau 2
- € 160,- Gymnastiekleider niveau 3

► **Meer informatie:**

Lisette Hof (lc.hof@alfa-college.nl)

MOUNTAIN (E-) BIKE INSTRUCTEUR

NUMMER: K1188
AARD: Verdiepend
UREN: 240



► Voor wie

Mountainbiken in Nederland erg populair geworden. Meer en meer mensen zijn deze sport gaan beoefenen. Met de komst van de elektrische fiets is ook het fietsen op een e-MTB erg populair geworden in de Alpen landen. Dit betekent dat de vraag naar goed opgeleide instructeurs en gidsen toe zal nemen. Word jij er enthousiast van om mensen veilig mee te nemen op een mooi MTB avontuur waarin je ze de nodige skills kunt leren, dan is dit keuzedeel iets voor jou!

▶ **Inhoud keuzedeel:**

Naast eigen vaardigheid zal er aandacht besteed worden aan:

- Het lesgeven aan groepen in (e-) MTB-technieken
- Het gidsen van een groep bij (e-) MTB-tochten
- Theorie over methodiek, veiligheid, materiaal
- Het voorbereiden van een (e-) MTB-tocht

▶ **Stage:**

Stage kan gelopen worden bij MTB verenigingen, ATB/(E-) MTB reorganisaties, Outdoorbedrijven met MTB/ATB programma in binnen en buitenland, (E-)MTB/ATB scholen in binnen- en buitenland.

▶ **Toelating:**

Als je voldoende affiniteit hebt met het vakgebied (e-) mountainbiken dan kun je deelnemen aan dit keuzedeel. Je moet bereid zijn ook naar externe locaties te reizen.

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma.

▶ **Locatie en tijdstip:**

De opleiding vindt plaats op woensdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur rondom het Kardingse gebied, het bikepark, op ATB/MTB routes en in heuvel- en bergachtig terrein in binnen- en/of buitenland.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

€ 330,- (opleidingsweek en boek).

▶ **Meer informatie:**

Emiel Halma (mj.halma@alfa-college.nl)

CONDITIE- EN HERSTELTRAINER

NUMMER: K0908
AARD: Verdiepend
UREN: 240



► Voor wie

Dit keuzedeel is voor de student die meer wil weten over hoe je sporters kunt begeleiden met behulp van een goed (jaar)plan op het gebied van snelheid, conditie, kracht en mentale vaardigheden. Hoe laat je iemand ultiem presteren?

► **Inhoud keuzedeel:**

- Je leert de theorie achter de praktijk. Waarom de indeling van een training is, zodat je het beste effect creëert d.m.v. de modules:
- Snelheid (theorie en praktijk)
- Uithoudingsvermogen (theorie en praktijk)
- Periodisering
- Specifieke krachttraining
- Coaching

► **Stage:**

Je mag overal stagelopen, als je maar loop- en conditieonderdelen mag uitvoeren. Denk aan een S-BB erkende loopgroep, een voetbalclub of een fitnessbedrijf

► **Toelating:**

Dit keuzedeel heeft geen specifieke toelatingseisen, maar passie is wel gewenst. Je kunt dit keuzedeel ook gebruiken als verdieping op je diploma Pupillen- en Junioren trainer.

Bij voldoende animo, gaan we één groep starten die zich specialiseert als fysieke conditietrainer in bijvoorbeeld teamsporten. De andere groep specialiseert zich als looptrainer en hierin gaan we samenwerken met de Atletiekunie (KNAU).

► **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan. Kies je voor de specialisatie looptrainer, dan kun je certificaat KNAU looptrainer halen.

► **Locatie en tijdstip:**

Het keuzedeel wordt gegeven op vrijdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij het Alfa-college. Bij voldoende belangstelling starten we ook een groep op woensdagmiddag om 13.30 uur.

► **Kosten (o.v.b.):**

€ 100,-

► **Meer informatie:**

Guido van Weeren (g.vanweeren@alfa-college.nl)

INSTRUCTEUR DANS, BEWEGEN OP MUZIEK (freestyle en bodypump)

► Voor wie

Dit keuzedeel is voor iedere student die graag groepslessen wil gaan geven in de sportschool of dit al doet en zich graag hierin verder wil ontwikkelen. Je leert zowel lesgeven volgens een groepsfitness programma van Les Mills (het eerste halfjaar), als volgens de freestyle methode waarbij je jouw eigen les leert ontwerpen (het tweede halfjaar). Je leert groepslessen te geven, die worden gehouden op muziek. Denk hierbij aan Bodypump, Steps/Aerobics, Zumba – achtige danslessen, BBB, HIIT en/of circuittraining.



NUMMER: K0909
AARD: Verdiepend
UREN: 240

▶ **Inhoud keuzedeel:**

- Lesopbouw en choreografie
- Muziekkeuze - en telling
- Uitleg, kennis en technische uitvoering van oefeningen
- Coachen en motiveren van deelnemers
- Anatomie

▶ **Stage:**

Je zoekt zelf een stage bij een door het S-BB erkend fitnesscentrum, waar je begeleid wordt door een vaste begeleider. Het stagebedrijf moet werken met het groepsfitness programma 'Bodypump' van Les Mills en geeft, bij voorkeur, ook freestyle lessen.

▶ **Toelating:**

Iedereen met affiniteit voor groepslessen in de sportschool is van harte welkom.

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met twee examens. Ten eerste heb je een schoolexamen, waarvan het cijfer op je diploma komt te staan. Daarnaast doe je een tweede examen van Les Mills. Als je dit examen voldoende afrondt, krijg je het certificaat "Bodypump instructor".

▶ **Locatie en tijdstip:**

De lessen worden aangeboden op vrijdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij een sportschool in Groningen.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

€ 50,-

▶ **Meer informatie:**

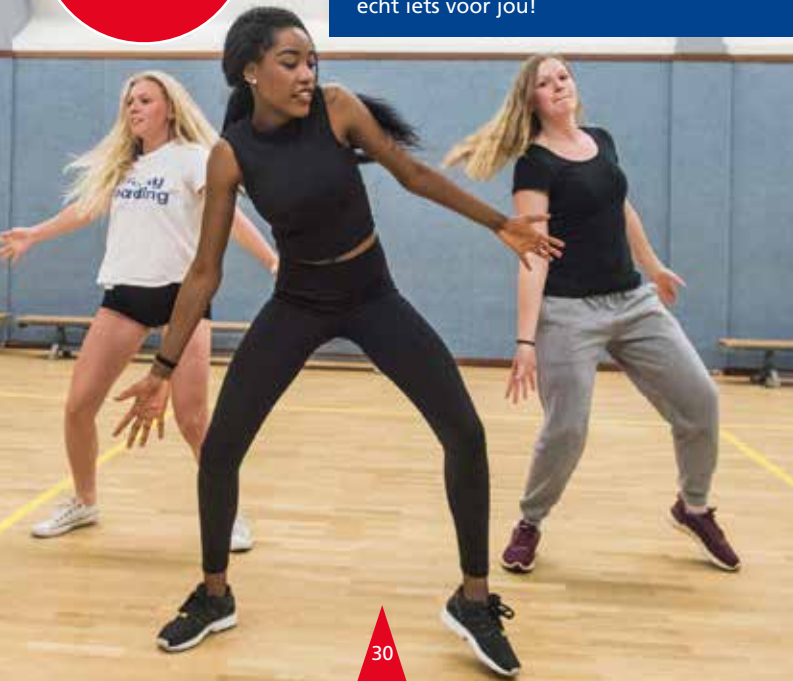
Wendy Kraai (w.kraai@alfa-college.nl)

INSTRUCTEUR DANS, BEWEGEN OP MUZIEK (hip hop)

NUMMER: K0909
AARD: Verdiepend
UREN: 240

► Voor wie

Ben je dynamisch, creatief en houd je van dansen? Wil je leren hoe je methodisch en didactisch een verantwoorde dansles kunt geven? Wil je leren om een choreografie te maken? Dan is het keuzedeel Hip Hop / Streetdance instructeur echt iets voor jou!



▶ **Inhoud keuzedeel:**

- Muziekstructuur (opbouw van muziekstukken en telling)
- Het creëren van een choreografie
- Werken 2 da Beat & de tekst
- Didactische werkvormen
- 10 unieke methodische opbouwvormen
- Gerichte communicatietechnieken (cueing)
- Stemgebruik
- Lesplannen
- Lesstructuur
- Werken met periodisering

▶ **Stage:**

Je zoekt zelf een stage bij een door het S-BB erkende dansschool, vereniging of fitnesscentrum. Het is belangrijk dat je mag lesgeven.

▶ **Toelating:**

Er zijn geen toelatingseisen, maar een goed humeur, gevoel voor ritme en veel energie is een must!

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

▶ **Locatie en tijdstip:**

De lessen worden gegeven op vrijdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij een sportschool in Groningen.

▶ **Kosten (o.u.b.):**

Er zijn geen kosten verbonden aan dit keuzedeel.

▶ **Meer informatie:**

Helena Cardoso (hls@cardoso@alfa-college.nl)

INSTRUCTEUR FITNESS (A)



NUMMER: K0910
AARD: Verdiepend
UREN: 240

► Voor wie

Dit keuzedeel is voor iedere student die graag bezig is met fitness en die aan de slag wil als fitnessinstructeur. Denk dan niet alleen aan individuele begeleiding in een fitnesscentrum, maar ook aan groepslessen. Daarbij ga je leren lesgeven aan verschillende doelgroepen, zoals: klanten die willen afvallen, ouderen, jongeren en klanten die aan krachttraining willen doen.

► **Inhoud keuzedeel:**

- Anatomie
- Uitleg, kennis en uitvoering oefeningen
- Trainingsleer en schema's maken
- Basistesten en meten
- Voeding
- Hoe om te gaan met klanten/doelgroepen

► **Stage:**

Je zoekt zelf een stage bij een door het S-BB erkend fitnesscentrum waar je begeleid wordt door een vaste begeleider. Het bedrijf mag geen 'prijsvechter' zijn i.v.m. begeleiding van klanten.

► **Toelating:**

Iedereen met affiniteit voor fitness is van harte welkom.

► **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

► **Locatie en tijdstip:**

Het keuzedeel wordt aangeboden op woensdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur op het Alfa-college Sport en Bewegen.

► **Kosten (o.v.b.):**

Aan dit keuzedeel zijn geen kosten verbonden.

► **Meer informatie:**

Ramon Klok (r.klok@alfa-college.nl)

Let op!
Dit keuzedeel kun je niet kiezen als je het uitstroomprofiel Sport, bewegen en gezondheid hebt gekozen omdat dit al een onderdeel is van je opleiding.

INSTRUCTEUR JUDO

NUMMER: K0912
AARD: Verdiepend
UREN: 240



► Voor wie

Dit keuzedeel is geschikt voor iedereen die een passie voor judo en lesgeven heeft. Verder ben je enthousiast, sociaal, niet bang om fouten te maken en altijd op zoek naar nieuwe vormen van het aanbieden van lesstof. Binnen het keuzedeel Judoleraar leert iedereen van en met elkaar door een mix van verschillende opleidingsniveaus binnen het keuzedeel. De Judobond Nederland heeft onze opleiding als officiële opleidingsplaats erkend en dit betekent dat je een officieel bondsdiploma's kunt behalen.

▶ **Inhoud keuzedeel:**

- Leren les en training geven
- Organiseren van evenementen (opstaptoernooien, vriendjesdagen, judo op schoolprojecten, etc.)
- Eigen vaardigheid
- Coaching
- Trainingskunde
- Didactiek
- Organisatiestructuren van vereniging en sportschool
- Wedstrijdanalyse

▶ **Stage:**

Je moet stagelopen bij een S-BB erkende sportschool of judovereniging waar je begeleid wordt door een gediplomeerde judoleraar.

▶ **Toelating:**

Iedereen kan het keuzedeel op zijn of haar niveau volgen. Er zijn geen strenge toelatingseisen. Als je een officieel bondsdiploma wilt behalen dan moet je in het bezit zijn van een bruine band (1e kyu).

▶ **Certificaat/diploma:**

Je kunt naast een schoolexamen, via de Judobond op drie niveaus een diploma halen:

- Niveau 2: diploma Judoleider in combinatie met een 1e dan
- Niveau 3: diploma Judoleraar A in combinatie met een 2e dan
- Niveau 4: diploma Judoleraar B in combinatie met een 3e dan

▶ **Locatie en tijdstip:**

De lessen worden gegeven op vrijdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur in de dojo van het Alfa-college.

▶ **Kosten (o.v.):**

€ 50,-

▶ **Meer informatie:**

Marcel Joling (mr.joling@alfa-college.nl)

INSTRUCTEUR KAJAKKEN, KANOËN EN RAFTEN

► Voor wie

Voor iedereen die het avontuur wil aangaan en die wil leren kajakken, kanoën en/of raften op wilde rivieren. Diegene die het in zich heeft, kan vervolgens instructeur op wildwater worden. Na een mooie opleiding en stage kun je aan de slag bij bedrijven die avontuurlijke reizen aanbieden (meestal in het buitenland) met als activiteitsaanbod: kajakken, kanoën, raften en hydrospeed.

NUMMER: K1276
AARD: Verdiepend
UREN: 240

► **Inhoud keuzedeel:**

- Eigen (basis) vaardigheden beginnend op vlak water en in het zwembad
- Speciale vaardigheden op wildwater (I, II, III)
- Samenwerken op het water + speciale lesgeefvaardigheid
- Kennis van de rivier (riviermorfologie)
- Kennis en vaardigheden op het gebied van veiligheid

De lessen vinden zowel in Nederland als in het buitenland plaats. We sluiten het jaar af met een buitenlandse opleidingsweek.

► **Stage:**

Je kunt stagelopen bij verschillende door het S-BB erkende bedrijven die wildwateractiviteiten aanbieden in voornamelijk het buitenland, maar ook in Nederland; bijvoorbeeld aan de kust en/of op de eilanden.

► **Toelating:**

Behalve dat je in het bezit moet zijn van zwembdiploma's, gelden er voor dit keuzedeel geen speciale toelatingseisen.

► **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

► **Locatie en tijdstip:**

De lessen worden op vrijdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur gegeven op verschillende locaties, zoals op de wildwaterbaan Hardenberg, kajakbaan Hohen Limburg (Duitsland), meerdere rivieren Franse en/of Spaanse Pyreneeën en in zwembad Kardinge.

► **Kosten (o.v.b.):**

€ 500,-

► **Meer informatie:**

Jesper Hommes (info@hommessoutdoor.nl)

INSTRUCTEUR SKIËN (A) EN VERDIEPING INSTRUCTEUR SKIËN (B)

► Voor wie

Het keuzedeel Skileraar A leidt op tot skileraar van de Snowsport Academy. Met deze opleiding kun jij je Anwärterdiploma halen en kun je in Oostenrijk en Nederland aan beginnende en lichtgevorderde skiërs les geven. Nadat jij je Anwärter diploma gehaald hebt, kun je het jaar erna je verdiepen door de Landes opleiding te volgen. Met dit diploma mag je aan meer gevorderde skiers les geven. Houd jij van sneeuw, bergen en wintersport, dan is dit keuzedeel echt iets voor jou!



NUMMER:
K0914 en K0943
AARD: Verdiepend
UREN: 240

- ▶ **Inhoud keuzedeel:**
 - Sneeuw en lawinekunde
 - Vaardigheidstraining
 - Theorielessen
 - Duits
 - Opleiding skibegeleider
 - Opleiding Landes (verdieping instructeur)
 - Opleiding Anwärter (instructeur skiën)

Een deel van de opleiding en examinering tot Anwärter zullen plaatsvinden tijdens de opleidingsweek in Oostenrijk.

▶ **Stage:**

Je gaat stagelopen in Oostenrijk en deze stages worden geregeld samen met onze partner Werkeninoostenrijk.nl. Je krijgt hiervoor een vergoeding tussen 10-12 euro per uur.

▶ **Toelating:**

Om deel te kunnen nemen is het belangrijk dat je kunt skiën. Voor aanvang van het keuzedeel zal een screening plaatsvinden.

▶ **Certificaat/diploma:**

Naast je schoolexamen, kun je in Oostenrijk een diploma Anwärter en Landes instructeur halen. Biede diploma's heb je nodig om in Oostenrijk les te mogen geven.

▶ **Locatie en tijdstip:**

De lessen worden gegeven op vrijdag(middag) bij het Alfa-college Sport en Bewegen en bij diverse indoorbanen, sneeuwhallen en borstelbanen. De opleiding tot instructeur Anwärter en Landes vinden plaats in Oostenrijk. Na het behalen van je diploma Anwärter, kun je het volgende jaar door met keuzedeel Verdieping instructeur (Landes).

▶ **Kosten (o.v.b.):**

€ 1925,- Instructeur skiën (Anwärter)

€ 1950,- Verdieping instructeur (Landes) Dit is inclusief lesmaterialen, examenkosten, toegang tot indoorbanen en de opleidingsweken in Oostenrijk. Skikleding, skimaterialen, een reisverzekering met wintersportdekking en eventuele vervoerskosten in Nederland, zijn voor eigen rekening.

▶ **Meer informatie:**

Henk Wijsbeek (hh.wijsbeek@alfa-college.nl)

Emiel Halma (mj.halma@alfa-college.nl)

INSTRUCTEUR SPORTKLIMMEN

NUMMER: K1252
AARD: Verdiepend
UREN: 240

► Voor wie

Het keuzedeel klimmen is voor iedereen die van avontuur en spanning houdt en niet bang is voor hoogtes. Het keuzedeel richt zich op alle hoogtebelevingen die je kunt bedenken; van klimmen in een klimcentrum tot tochten in de bergen van Frankrijk.

► **Inhoud keuzedeel:**

- Zelfstandig leren klimmen
- Leren klimmen met variërende technieken
- Aanleren van diverse knopen
- Gebruik maken van verschillende materialen en het onderhoud daarvan
- Veiligheid
- Leren lesgeven en gebruik maken van spelvormen

We klimmen zowel binnen in het klimcentrum als buiten op de klimtoren (de hoogste klimtoren ter wereld!). We sluiten het jaar af met een opleidingsweek in Frankrijk.

► **Stage:**

Voor dit keuzedeel kun je zowel in het binnenland als buitenland stage lopen. Dit kan in een, door het S-BB erkend, klimcentrum zijn, maar ook bij een bedrijf met een hoogteparcours.

► **Toelating:**

Heb je affiniteit met de buitensport en de recreatiebranche, dan ben je van harte welkom.

► **Certificaat/diploma:**

Naast het schoolexamen, kun je via de NKBV je sportklimbegeleider 2 - Indoor toprope behalen.)

Vervolgens heb je de optie om door te stromen als sportkliminstructeur 3.

► **Locatie en tijdstip:**

De lessen vinden plaats op vrijdagochtend van 9.00 tot 13.00 uur in klimcentrum Bjoeks.

► **Kosten (o.v.b.):**

€ 450,- (opleidingsweek in Frankrijk). Het is aan te bevelen om klimmaterialen aan te schaffen, maar dit is niet verplicht.

► **Meer informatie:**

Jaap Jansen (j.jansen@alfa-college.nl)

INSTRUCTEUR ZWEMONDERWIJS

NUMMER: K0918
AARD: Verdiepend
UREN: 240

► Voor wie

Heb jij affiniteit met zwemmen en wil je lesgeven aan kinderen in de leeftijd van 3 tot 7 jaar die leren zwemmen voor het A, B of C diploma? Dan is dit keuzedeel iets voor jou. Heb je het keuzedeel afgerond, dan mag je lesgeven in zwembaden die het zwemABC aanbieden. Daarnaast kun je ervoor kiezen om ook voor het bondscertificaat gaan, want veel van de zwembaden vragen om een instructeur met een certificaat van de bond. Naast de bevoegdheid om zwemles te geven, wordt ook zwemmend redden aangeboden waarmee je toezicht mag houden in Nederlandse zwembaden. Er is veel vraag naar zwembadmedewerkers, dus je kunt met je behaalde keuzedeel vaak direct aan de slag!



► **Inhoud keuzedeel:**

- Biomechanica
- Trainingsleer
- Lesvoorbereidingen
- Ontwikkeling van deelnemers
- Organisatie materiaal en veiligheid
- Kwaliteit van lessen in het zwembad
- Technieken en methodieken van de zwemslagen
- EHBO

► **Stage:**

Je krijgt een zwembad in Groningen toegewezen waar je gaat stagelopen. Dit is afhankelijk van het aantal deelnemers, maar in de meeste gevallen is er voldoende plek. In uitzonderlijke gevallen mag je stagelopen bij een zwembad naar keuze.

► **Toelating:**

Voor deelname aan dit keuzedeel adviseren wij een niveau 4 opleiding. Voor deelname aan de examens moet je in het bezit zijn van een geldig EHBO diploma en moet je alle gemaakte opdrachten binnen twee kansen met minimaal het cijfer 6.0 hebben afgerond.

► **Certificaat/diploma:**

Tijdens het keuzedeel ga je aan de slag met EHBO en Zwemmend redden voor zwembaden. Bij het voldoende afronden van theorie en praktijk kun je jouw EHBO-diploma en certificaat zwemmend redden voor zwembaden halen. Voor het keuzedeel kun je na een goed afgelegd examen het NRZ-certificaat Lesgever zwem ABC halen.

► **Locatie en tijdstip:**

De lessen vinden plaats op vrijdagmiddag van 12.30 tot 15.30 uur in het zwembad van het Instituut voor Sportstudies (Zernikeplein 17).

► **Kosten (o.v.b.):**

€ 200,- en dit is inclusief lesmateriaal en examenkosten.

► **Meer informatie:**

Willeke Vermeij (w.vermeij@alfa-college.nl)

INTERNATIONAAL II, WERKEN IN HET BUITENHAND

► Voor wie

Ben jij toe aan een extra uitdaging en wil je uit je comfortzone getrokken worden? Kies dan voor het keuzedeel Werken in het buitenland. Tijdens dit keuzedeel ga je minimaal 10 weken stagelopen in het buitenland, houdt hier rekening mee. Om dit te kunnen, moet je avontuurlijk, zelfstandig en zelfredzaam zijn. Dit begint al in Nederland want aangezien je een paar maanden in het buitenland verblijft, moet je een goede planning kunnen maken voor de rest van je opleiding dat jaar. Dit keuzedeel heeft 480 studiebelastingsuren en telt voor twee keuzedelen.

NUMMER: K0202
AARD: Generiek,
verbredend
UREN: 480



► **Inhoud keuzedeel:**

- Oriëntatie
- Persoonlijke kenmerken
- Vaardigheden
- Het buitenland
- Voorbereiden stage
- Portfolio en portfoliogesprek
- Stage

► **Stage:**

Je gaat minimaal 10 weken stagelopen in het buitenland. Omdat we het belangrijk vinden dat je voldoende leerrendement uit je stage haalt, mag je niet eerder bij dit bedrijf of in dit land hebben stagelopen.

► **Toelating:**

Heb je geen achterstanden, ben je zelfstandig en staan jouw coach en ouders/verzorgers achter deze keuze? Dan ben je van harte welkom!

► **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je al met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

► **Locatie en tijdstip:**

De lessen vinden plaats in periode 1 op woensdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij het Alfa-college Sport en Bewegen. In periode 2 vinden de portfoliogesprekken plaats en vanaf dit moment kun je op stage.

► **Kosten (o.v.b.):**

Behalve de kosten die jouw stage met zich meebrengen, zijn er geen andere kosten verbonden aan dit keuzedeel.

► **Meer informatie:**

Wendy Kraai (w.kraai@alfa-college.nl)

Nelleke Vos (n.vos@alfa-college.nl)

LEISURE LEEFSTIJLEN

► Voor wie

Ben jij enthousiast, energiek, vrolijk, houd je van gek doen en ga je graag met kinderen om, dan is het keuzedeel Leisure leefstijlen echt iets voor jou! Het keuzedeel heeft 480 studiebelastingsuren, dus telt voor twee.

NUMMER: K0603
AARD: Doorstroom,
verdiepend
UREN: 480



▶ **Inhoud keuzedeel:**

- Schminken
- Knutselen
- Tochten
- Sport en spel
- Meeleeftheater
- Dans
- Outdoor op de camping

Daarnaast zijn er specifieke opleidingsdagen en workshops, zoals de spokentochten, de Sinterklaasviering, een tweedaagse training bij camping Meerwijck en trainingsdagen en een opleidingsweek op Schiermonnikoog.

▶ **Stage:**

Het keuzedeel heeft een samenwerking met een aantal campings. Tussen april en september word jij voor minimaal drie weken geplaatst op één van deze campings. Hiervoor krijg je een kleine vergoeding.

▶ **Toelating:**

Iedereen is welkom bij dit keuzedeel, mits je enthousiast en vrolijk van aard bent!

▶ **Certificaat/diploma:**

Naast het schoolexamen, kun je ook een branche-examen doen en het branchecertificaat HISWARECRON halen.

▶ **Locatie en tijdstip:**

De lessen vinden plaats op woensdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij het Alfa-college Sport en Bewegen. De eerder genoemde opleidingsdagen zijn op een externe locatie.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

€ 350,-

▶ **Meer informatie:**

Stefan Aalders (eh.aalders@alfa-college.nl)
Henk Wijsbeek (hh.wijsbeek@alfa-college.nl)

NUMMER: K0234
AARD: Verdiepend
UREN: 240

► Voor wie

Heb je affiniteit met zwemmen, denk dan ook eens aan dit keuzedeel! Als lifeguard (toezichthouder zwembad) draag je zorg voor de veiligheid van gasten, collega's en jezelf. Je houdt toezicht op de gasten die gebruik maken van het zwembad en de andere faciliteiten van de accommodatie. Als je het diploma toezichthouder zwembad hebt behaald, kun jij je verder verdiepen als beach-lifeguard (in samenwerking met de KNRM) of aquasport-groepsles-instructeur. Samen met het diploma Allround zwembad-medewerker ben je breed inzetbaar bij zwembaden.

▶ **Inhoud keuzedeel:**

- Wet- en regelgeving
- Toezichtplannen
- BHV
- Reddend zwemmen
- MFA

▶ **Stage:**

Je gaat stagelopen bij een door het S-BB erkend zwembad.

▶ **Toelating:**

Je bent in het bezit van een zwemdiploma A en B en hebt affiniteit met zwemmen.

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

▶ **Locatie en tijdstip:**

De lessen worden gegeven op volledige dagen in de themaweken in het zwembad Kardingse.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

€ 75,-

▶ **Meer informatie:**

Maik Timmer (m.timmer@alfa-college.nl)

ORIËNTATIE OP ONDERNEMERSCHAP

NUMMER: K0080
AARD: Generiek,
verdiepend
UREN: 240

► Voor wie

Wil je samen met ons ontdekken of ondernemen iets voor jou is? Naast doorleren of aan het werk bij een baas, kun je na je studie ook gaan ondernemen. Dus ben jij nieuwsgierig wat er komt kijken bij het starten van een eigen bedrijf. Dienst of product, bestaand of nieuw bedrijf, alles is mogelijk.

Je wordt tijdens dit keuzedeel voorbereidt op een goede start om iets voor jezelf te beginnen. Je komt in contact met verschillende ondernemers uit allerlei branches die hun successen en tegenslagen met jou delen!

► **Inhoud keuzedeel:**

Allerlei thema's van het ondernemen:

- Effectuation; Wie ben jij als persoon, welke middelen heb je al, wie zijn je netwerken.
- Pitchen; Hoe verkoop je jezelf en je product/dienst zo sterk mogelijk in een korte tijd.
- Business plan opstellen; welke stappen moet je nemen om je product/ dienst op de markt te brengen.
- Social-media; Wat is de kracht van social-media en hoe zet je dit in.
- Financiën; Met welke kosten krijg je te maken als ondernemer en hoe verdien je geld.

Naast de theorie komen er meerdere inspirerende gastsprekers, gaan we bij een aantal bedrijven op bezoek en je leert jezelf en je ideeën presenteren. Met de thema's die worden aangeboden zou je tijdens het keuzedeel al een start kunnen maken met je eigen onderneming!

► **Stage:**

Je gaat bij drie verschillende ondernemers meelopen en ervaren hoe het is om ondernemer te zijn.

► **Toelating:**

Je gaat naar het derde leerjaar van niveau 3 of 4.

► **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen waarvan het cijfer op je diploma komt te staan.

► **Locatie en tijdstip:**

Dit keuzedeel vindt plaats op vrijdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij het Alfa-college en je bezoekt regelmatig bedrijven.

► **Kosten (o.v.b.):**

€ 25,-

► **Meer informatie:**

Patty Veen (p.veen@alfa-college.nl)

OUTDOOR ACTIVITEITEN

NUMMER: K0825
AARD: Verdiepend
UREN: 240

► Voor wie

Word jij graag uitgedaagd in een natuurlijk omgeving? Dan is dit keuzedeel zeker iets voor jou. Het keuzedeel is veelal gericht op de praktijk. Je bent veel in actie en gaat aan de slag met je eigen vaardigheid en het geven van instructie in verschillende outdoor-disciplines. Naast je stage en de lessen gaan we aantal dagen naar het buitenland om jouw outdoor-ervaring verder uit te breiden. Kortom, je gaat professioneel buitenspelen en mooie avonturen maken.

▶ **Inhoud keuzedeel:**

- Mountainbiken
- Klimmen
- Kayakken

▶ **Stage:**

In overleg met de docenten ga je stagelopen bij een erkend stagebedrijf binnen de outdoorbranche.

Tijdens je stage pas je de opgedane kennis toe in de praktijk.

▶ **Toelating:**

Er zijn geen toelatingseisen aan dit keuzedeel verbonden.

LET OP: RAXS-studenten zijn uitgesloten van deelname.

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

▶ **Locatie en tijdstip:**

De lessen vinden plaats op woensdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur in Groningen, Drenthe en Friesland. Zo heb je bijvoorbeeld les bij Bjoeks (klimhal) in Groningen, Break-Out in Harkstede, 't Nije hemelriekje in Gieten en de Bosberg in Appelscha. Houdt dus rekening met de reistijd die nodig is om te kunnen deelnemen aan de lessen. Dit is meer dan gemiddeld.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

€ 250,- (voor opleidingsdagen in het buitenland).

▶ **Meer informatie:**

Durk Vos (d.vos@alfa-college.nl)

SENIORENBEWEGINGSLEIDER



NUMMER: K1162
AARD: Verdiepend
UREN: 240

► **Voor wie**

Vind jij het leuk om met senioren te werken? Om voor zowel fitte senioren met beginnende ouderdomsmotoriek als aan minder fitte senioren les te geven in diverse vormen van bewegen? Dan is dit keuzedeel echt iets voor jou!

► **Inhoud keuzedeel:**

Je leert om een beweegplan te maken en activiteiten en oefeningen aan te passen aan de (individuele) beperkingen en mogelijkheden van de deelnemende senioren. Ook het organiseren van beweegactiviteiten komt in dit keuzedeel aan bod. De globale onderwerpen zijn:

Algemene inleiding in de senioren sport

- Didactiek en methodiek, theorie en praktijk, muziek en bewegen
- Gezondheidskundige aspecten van het ouder worden
- Psychosociale aspecten
- Omgaan met groepen
- Organisatie en publiciteit

► **Stage:**

Voor dit keuzedeel ga je stage lopen bij een S-BB erkende organisatie waarbij je gaat werken met ouderen (zoals een zorginstelling).

► **Toelating:**

Als jij affiniteit met ouderen hebt, ben je van harte welkom!

► **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

► **Locatie en tijdstip:**

Het keuzedeel wordt gegeven op woensdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij het Alfa-college Sport en Bewegen.

► **Kosten (o.u.b.):**

€ 50,-

► **Meer informatie:**

Rianne Wiersma (r.wiersma01@alfa-college.nl)

SPAANS A1/A2 IN HET BEROEPSONDERWIJS

NUMMER: K0999
AARD: Generiek
UREN: 240



ESPAÑOL

► Voor wie

Er zijn veel redenen om Spaans te willen leren. Als je Spaans een mooie en interessante taal vindt bijvoorbeeld. Of als je op vakantie gaat naar Zuid Amerika of Spanje of hiernaar toe gaat voor een mooie stage, is het fijn als jij je verstaanbaar kunt maken. Maar ook als je Spaanse films, liedjes of series wilt begrijpen dan is dit keuzedeel echt iets voor jou!

► **Inhoud keuzedeel:**

Spaans lijkt misschien een moeilijk taal omdat het weinig op Nederlands lijkt. Maar toch is Spaans gemakkelijker dan je denkt. Je gaat tijdens dit keuzedeel aan de hand van alledaagse situaties leren schrijven, spreken en gesprekken voeren op A1 niveau en leren lezen en luisteren op A2 niveau. Zo ga jij jezelf leren voorstellen, een hotel reserveren, eten bestellen, de weg vragen, etc.

► **Stage:**

Tijdens dit keuzedeel hoef je geen stage te lopen. Wel ga je een week naar een Spaanse stad, waar je ondergedompeld wordt in de Spaanse cultuur en opdrachten gaat doen.

► **Toelating:**

Heb je iets met Spanje en de Spaanse taal, dan ben je van harte welkom.

► **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en dit cijfer komt op je diploma te staan.

► **Locatie en tijdstip:**

De lessen vinden plaats op dinsdagavond van 19.00 tot 21.30 uur en op vrijdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij het Alfa-college Sport en Bewegen.

► **Kosten (o.v.b.):**

€ 285,- (voor de reis naar een Spaanse stad en lesmateriaal).

► **Meer informatie:**

María Gómez (ml.gomezzamorano@alfa-college.nl)

SPECIFIEKE DOELGROEPEN SPORT EN BEWEGEN

► Voor wie

Deze cursus is voor studenten die in de praktijk te maken krijgen met uiteenlopende doelgroepen en dat als een uitdaging zien om daar een passend (sport) aanbod voor te creëren. Inventiviteit, enthousiasme, geduld, kennis van zaken en de juiste manier van aanrijken zijn een belangrijk aspect van zijn of haar vakmanschap.

NUMMER: K0288
AARD: Verdiepend
UREN: 240



► **Inhoud keuzedeel:**

Specialisatie is mogelijk in één van de volgende doelgroepen:

- Ouderen (geriatrische problematiek)
- Deelnemers met verstandelijke beperking
- Deelnemers met een lichamelijke of zintuigelijke beperking
- Deelnemers met psychiatrische problematiek (depressie, schizofrenie)
- Deelnemers met gedragsproblematiek (autismespectrumstoornis, ADHD, ODD)
- Deelnemers met een (chronische) ziekte (diabetes, reuma, hartaandoeningen, obesitas)
- Deelnemers met een neurologische aandoening (epilepsie, dementie, spierziekte, multiple sclerose)

► **Stage:**

Je zoekt in overleg met de docent(en) een door het S-BB erkende stageplaats. Dit kan variëren van een verzorgingstehuis of instellingen / organisaties met vrijetijdssport of een sportvereniging met een specifieke doelgroep.

► **Toelating:**

Heb je affiniteit met de "specifiek doelgroep" en zie je het als een uitdaging om voor deze doelgroep een passend aanbod van sport te creëren, dan ben je van harte welkom.

► **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

► **Locatie en tijdstip:**

Dit keuzedeel wordt op vrijdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur gegeven bij het Alfa-college Sport en Bewegen.

► **Kosten (o.v.b.):**

Er zijn geen kosten verbonden aan dit keuzedeel.

► **Meer informatie:**

Niek Dijkstra (nj.dijkstra@alfa-college.nl)

ACTIVITEITEN VOOR KINDEREN 4 TOT 12 JAAR (pupillen- en juniorentrainer)



NUMMER: K1132
AARD: Verdiepend
UREN: 240

► Voor wie

Dit keuzedeel is voor alle studenten die graag met kinderen werken en trainer-coach in het voetbal willen worden. Als trainer ben je een rolmodel voor je spelers, maar heb je ook een voorbeeldfunctie richting de vereniging, ouders, arbitrage en de tegenstander. Daarnaast draagt de trainer-coach zorg voor het begeleiden van spelers, het verzorgen van de trainingen en het coachen van wedstrijden.

► **Inhoud keuzedeel:**

Dit keuzedeel bestaat uit twee delen; een opleidingsdeel en een ervaringsdeel. Een voorbeeld van onderwerpen zijn:

- De rollen en taken van een trainer-coach
- Het geven van trainingen aan Onder 13 t/m Onder 19 spelers
- Het coachen van wedstrijden aan Onder 13 t/m Onder 19 spelers
- Het begeleiden van Onder 13 t/m Onder 19 spelers
- De leeftijdspecifieke kenmerken van spelers Onder 13 t/m Onder 19
- De vier kwaliteiten van een trainer-coach
- De vier gouden trainingsprincipes
- De wedstrijdvorm 11 tegen 11

► **Stage:**

Omdat je tijdens je lessen al een half jaar lesgeeft aan een pupillenteam, moet je voor je stage een heel jaar stage lopen bij een juniorenteam (S-BB erkende club). Dit is dus een C-, B- of A-team.

► **Toelating:**

Iedereen met affiniteit voor voetbal is welkom.

► **Certificaat/diploma:**

Je kunt naast het schoolexamen het KNVB diploma pupillentrainer en KNVB diploma juniorentrainer halen.

► **Locatie en tijdstip:**

Het gedeelte pupillentrainer vindt plaats op woensdag van 13.30 tot 16.00 uur bij Lycurgus of Coendersborg in Groningen of ACV in Assen. Het gedeelte juniorentrainer vindt plaats op woensdag van 17.45 tot 20.20 bij eerdergenoemde verenigingen of bij jouw eigen club. Je moet zorgen dat je op beide momenten beschikbaar bent.

► **Kosten (o.v.b.):**

€ 185,-.

► **Meer informatie:**

Martin Koops (m.koops@alfa-college.nl)
Roy Wester (rj.wester@alfa-college.nl)

SPORTMASSAGE

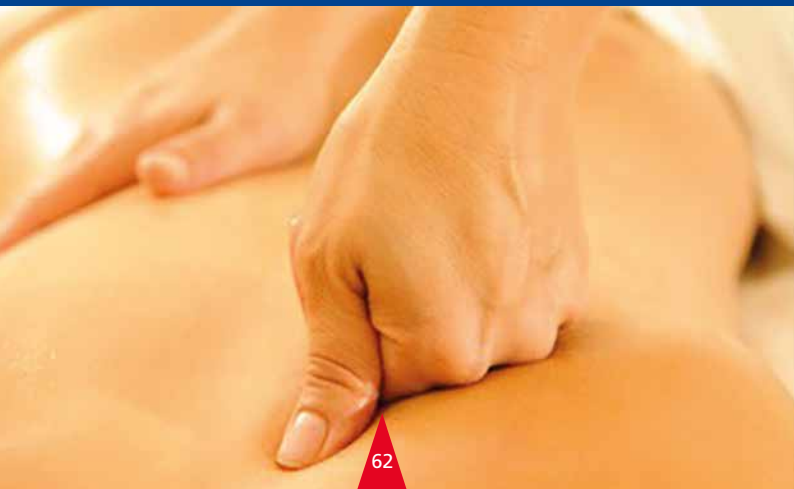
NUMMER: K1110
AARD: Verbredend
UREN: 480

► Voor wie

Ben jij geïnteresseerd in blessurepreventie, het menselijk lichaam en revalidatie? Wil jij een veelzijdige sportmasseur/verzorger worden? En wil je misschien na deze opleiding naar het hbo fysiotherapie? Dan is dit keuzedeel iets voor jou.

Wanneer je begint met het keuzedeel, dan heb je een stap in de goede richting gezet om een veelzijdige sportmasseur/verzorger te worden.

Je leert verschillende technieken van het masseren, je leert wanneer je een ontspannende of juist activerende massage moet toepassen. Dit keuzedeel heeft 480 studiebelastingsuren en telt dus voor twee.



► **Inhoud keuzedeel:**

- Anatomie en fysiologie van het menselijk lichaam
- Massage en de daarbij horende technieken
- EHBSO
- Anamnese en functieonderzoeken
- Patiëntendossier opbouwen en een daarbij horende behandelplan schrijven en uitvoeren
- Taped en bandageren

► **Stage:**

Je zoekt zelf een stage. Denk hierbij aan door het S-BB erkende sportverenigingen waar al een sportmasseur aanwezig is, maar ook aan een praktijk voor fysiotherapie.

► **Toelating:**

Dit keuzedeel is voor derde jaars niveau 4 studenten.

► **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

► **Locatie en tijdstip:**

De lessen vinden plaats op dinsdagavond van 19.00 tot 21.30 uur bij het Alfa-college Sport en Bewegen.
Bij veel belangstelling starten we ook een groep op dinsdagmiddag om 16.00 uur.

► **Kosten (o.u.v.):**

€ 70,-

► **Meer informatie:**

Dennis Boelen (d.boelen@alfa-college.nl)
Kenneth Bolhuis (km.bolhuis@alfa-college.nl)

TRAINER COACH VOETBAL

(UEFA C Youth)

NUMMER: K0940
AARD: Verdiepend
UREN: 240



► Voor wie

Ben jij die gedreven student die zich wil verdiepen als voetbaltrainer en heb jij je trainerdiploma pupillen en of junioren op zak? Ben je ambitieus, gedreven en een doorzetter is, die selectie- en jeugdvoetballers beter wil laten voetballen? Dan is dit keuzedeel iets voor jou! De meeste voetbalclubs zitten te springen om trainers met dit trainersdiploma.

► **Inhoud keuzedeel:**

- Visie op voetballen
- Coachen en lezen van wedstrijden (11 tegen 11)
- Geven van trainingen
- Voetbaltraining op basis van de wedstrijdanalyse
- Trainingsvoorbereiding
- Begeleiden van jeugdspelers
- Blessurepreventie
- Organiseren van een voetbalactiviteit

► **Stage:**

Je zoekt een stage bij een door het S-BB erkende voetbalvereniging waarbij je een jeugdselectieteam (A-,B-, C- of D- jeugd) gaat trainen en coachen, minimaal uitkomend in de eerste klasse van de KNVB.

► **Toelating:**

Vooraf vindt er een screening plaats, waarna er maximaal 15 studenten toegelaten worden. Voorwaarde is een diploma Pupillen- en Junioren-trainer en een werkhouding die past bij het vak van de trainer-coach (gedisciplineerd, passie en bevologenheid).

► **Certificaat/diploma:**

Naast het schoolexamen, doe je examens via de KNVB en bij voldoende resultaat ontvang je een diploma KNVB TC 3 – jeugd (UEFA C Youth).

► **Locatie en tijdstip:**

De lessen vinden plaats op vrijdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur op het Zernike Complex van het Instituut voor Sportstudies. De praktijk wordt gegeven op de velden van GSVV Knickerbockers en de theorie in één van lokalen van het Willem Alexander Sportcentrum.

► **Kosten (o.v.b.):**

€ 230,-.

► **Meer informatie:**

Martin Koops (m.koops@alfa-college.nl)

TRAINER COACH VOLLEYBAL

► Voor wie

Is volleybal jouw sport en wil je graag leren training geven, dan is dit keuzedeel iets voor jou. Afhankelijk van jouw eigen vaardigheid en lesgeefniveau, kun je de opleidingen van de Nevobo: Volleybaltrainer 2 (VT 2) of Volleybaltrainer 3 (VT3) afronden.

NUMMER: K0941
AARD: Verdiepend
UREN: 240



▶ **Inhoud keuzedeel:**

- Training geven
- Aanleren van technieken en tactieken
- Mentale training
- Trainingsleer
- Coachen van wedstrijden
- Assisteren bij activiteiten
- Begeleiden van kader
- Fair play, sportiviteit en respect

▶ **Stage:**

Je moet stage lopen bij een door het S-BB erkende volleybalvereniging.

▶ **Toelating:**

Voor de VT2 moet je minimaal 15 jaar zijn en voor de VT3 ligt deze leeftijdsgrens bij 18 jaar. Daarnaast moet je lid zijn van de volleybalbond; de Nevobo.

▶ **Certificaat/diploma:**

Naast het schoolexamen, doe je examens via de Nevobo en bij voldoende resultaat, krijg je een licentie van de Nevobo.

▶ **Locatie en tijdstip:**

De lesdag vindt in overleg plaats.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

VT2: € 50,-

VT3: € 100,- .

▶ **Meer informatie:**

Henny Woldman (h.woldman@alfa-college.nl)

VECHTSPOORTRAINER EN VECHTSPOORTPEDAGOOG

NUMMER: K0913
AARD: Verdiepend
UREN: 240



► Voor wie

Dit keuzedeel kent twee specialisaties te weten: Vechtsporttrainer en Vechtsportpedagoog. De vechtsporttrainer is een professional die goed is in het aanleren van de vechtsporttechniek en de toepassing hiervan tijdens bijvoorbeeld wedstrijden. De vechtsportpedagoog heeft zich gespecialiseerd in het gebruik van vechtsport als pedagogisch middel tegen bijvoorbeeld pestgedrag op school. Spreekt jou dit aan, beoefen jij een vechtsport en wil jij je hier in specialiseren? Wees dan welkom bij het keuzedeel vechtsporttrainer en -pedagoog.

► **Inhoud keuzedeel:**

- Vechtsportdidactiek en – methodiek (methodisch en thematisch lesgeven)
- Coachen tijdens wedstrijden
- Vechtsporttechnieken en bewegings-, en techniekanalyse
- Motorisch leren
- Kennis opdoen van doelgroepen
- Vechtsport en maatschappij
- Pedagogiek en weerbaarheid
- Organisatie van een vechtsportactiviteiten en -evenementen.

► **Stage:**

Je loopt stage bij een door het S-BB erkende vechtsportvereniging of -school. Denk aan: boksen, kickboksen, karate, MMA, taekwondo enz.

► **Toelating:**

Je bent tenminste 2 jaren actief in de vechtsport c.q. vechtkunst-beoefening en je bent gemotiveerd om les te geven in vechtsport. Ben je gestopt en wil je het graag oppakken, neem dan van te voren contact op.

► **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

► **Locatie en tijdstip:**

De lessen vinden plaats op woensdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur in de dojo van het Alfa-college.

► **Kosten (o.u.b.):**

Aan dit keuzedeel zijn geen kosten verbonden.

► **Meer informatie:**

Habib Kazemi (h.kazemi@alfa-college.nl)

INSTRUCTEUR FITNESS B

(verdieping instructeur)



NUMMER: K0943
AARD: Verdiepend
UREN: 240

► Voor wie

Als je het keuzedeel Fitnessinstructeur A hebt afgerond, maar nog meer van het vak wilt leren, dan is het keuzedeel Fitnessinstructeur B iets voor jou. Je wordt opgeleid om naast beginners, ook gevorderde sporters en mensen met specifieke klachten zoals overgewicht of gewrichtsklachten te trainen. Je wordt dus een specialist op het gebied van sport-specifieke krachttraining en personal training en je draagt op deze manier bij aan de gezondheidswinst van onze samenleving en aan een verdere professionalisering en imago van de fitnessbranche.

▶ **Inhoud keuzedeel:**

- Anatomie
- Fysiologie
- Trainingsleer
- Gastheerschap
- Communicatie
- Personal training
- Coaching van de klant

▶ **Stage:**

Je moet stage lopen bij een door het S-BB erkend fitnesscentrum of bijvoorbeeld een revalidatie- of fysiotherapiepraktijk waar je aan de slag kunt als personal trainer.

▶ **Toelating:**

Wil je deelnemen aan dit keuzedeel, dan moet je het keuzedeel Fitnessinstructeur A met een voldoende hebben afgerond.

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

▶ **Locatie en tijdstip:**

Het keuzedeel wordt gegeven op donderdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij het Alfa-college Sport en Bewegen. Veel veel belangstelling starten we ook een groep op vrijdagmiddag om 13.30 uur.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

Aan dit keuzedeel zijn geen kosten verbonden.

▶ **Meer informatie:**

Jasper Wiersema (je.wiersema@alfa-college.nl)
Alexander Sulava (a.sulava@alfa-college.nl)

VOORBEREIDING HBO

NUMMER: K0125
AARD: Doorstrom
UREN: 240



► Voor wie

Op het hbo werk je zelfstandiger en moet je meer plannen en zelf uitzoeken. Je doet veel kennis op maar je leert vooral ook kennis toepassen. Om jezelf daar goed op voor te bereiden, kun je in het laatste jaar van je niveau 4-opleiding deelnemen aan dit keuzedeel. Tijdens het keuzedeel maak je kennis met hbo-vakken en leer je hbo-studievaardigheden.

▶ **Inhoud keuzedeel:**

In de hbo-context:

- Oriëntatie
- Informatieverwerking
- samenwerking en reflectie

▶ **Stage:**

In plaats van stage, maak je voor dit keuzedeel extra opdrachten (zelfstudie).

▶ **Toelating:**

Je kunt dit keuzedeel alleen volgen als je naar het derde leerjaar, niveau 4 gaat.

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

▶ **Locatie en tijdstip:**

Dit keuzedeel vindt plaats op woensdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij het Alfa-college Sport en Bewegen.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

Er zijn geen kosten verbonden aan dit keuzedeel

▶ **Meer informatie:**

Jasper Wiersema (je.wiersema@alfa-college.nl)

Lizet Straatsma (l.straatsma@alfa-college.nl)

VOORBEREIDING HBO (ALO/SPORTKUNDE)

► Voor wie

Wil je na de opleiding Sport en Bewegen doorstuderen en denk je erover na om naar de ALO te gaan of Sportkunde te gaan studeren? Dan is dit keuzedeel echt iets voor jou! In dit keuzedeel wordt aandacht besteed aan de belangrijkste hbo vaardigheden, zodat je straks goed voorbereid bent om te kunnen doorstuderen. Onze opleiding werkt in dit keuzedeel samen met het de Hanzehogeschool, Instituut voor Sportstudies (HIS).



NUMMER: K1025
AARD: Doorstrom
UREN: 240

▶ **Inhoud keuzedeel:**

Dit keuzedeel beschrijft hbo-vaardigheden zoals:

- Oriëntatie
- Informatieverwerking
- Samenwerking
- Formuleren van de onderzoeksvraag
- Reflectie in de hbo-context

▶ **Stage:**

Voor dit keuzedeel hoef je geen stage te lopen, je maakt in plaats daarvan extra opdrachten.

▶ **Toelating:**

Iedereen die belangstelling heeft voor een opleiding aan het Instituut voor Sportstudies en naar het laatste jaar niveau 4 gaat, is van harte welkom.

▶ **Certificaat/diploma:**

Dit keuzedeel rond je af met een schoolexamen en het cijfer komt op je diploma te staan.

▶ **Locatie en tijdstip:**

Het keuzedeel wordt gegeven op woensdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur bij het Instituut voor Sportstudies.

▶ **Kosten (o.v.b.):**

Aan dit keuzedeel zijn geen kosten verbonden.

▶ **Meer informatie:**

Karin Pepping (k.pepping@alfa-college.nl)

5 UITSTROOMPROFIELEN

Na leerjaar 1, kies je
een uitstroomprofiel
(niveau 3 + 4)

**SPORT, BEWEGEN
EN GEZONDHEID**
Niveau 3 en 4

**SPORTINSTRUCTIE,
TRAINING EN COACHING**
Niveau 3 en 4

BEWEGINGSAGOGIEK
Niveau 4

RAXS
Niveau 3 en 4

**BUURT, ONDERWIJS,
SPORT**
Niveau 3 en 4

Uitstroomprofiel

SPORT, BEWEGEN EN GEZONDHEID

Niveau 3 en 4



▶ **Highlight**

Gericht op het werken in de fitness / gezondheidswereld

▶ **Kenmerk**

Combinatie van fitness / revalidatie / gezondheidsbevordering

▶ **Werkveld**

Fitness / personal trainer / groepslesinstructeur

▶ **Doorstroom hbo**

Fysiotherapie / ALO / Voeding en diëtiëk / Sport & gezondheid

Uitstroomprofiel

SPORTINSTRUCTIE, TRAINING EN COACHING

Niveau 3 en 4



► **Highlight**

Gericht op het werken met teams en individuele sporters op alle niveaus

► **Kenmerk**

Je draagt bij aan het verbeteren van de kwaliteit van sporters en clubs op alle niveaus

► **Werkveld**

Sportvereniging, talentencentra (RTC), commerciële teams

► **Doorstroom hbo**

ALO, Fysiotherapie

Uitstroomprofiel

BEWEGINGSAGOGIEK

Niveau 4



Highlight

Het beïnvloeden en veranderen van mensen met het oog op welzijnsverbetering

Kenmerk

Bijdrage leveren aan optimale ontplooiing van mensen met een beperking

Werkveld

Dagverblijven, instellingen voor mensen met beperkingen (lichamelijk/verstandelijk of meervoudige), verzorgingstehuizen, justitiële instellingen, revalidatie.

Doorstroom hbo

PMT (psychomotorische therapie), SPW (sociaal pedagogisch werk), Pabo, ALO

Uitstroomprofiel

RAXS

Niveau 3 en 4



▶ **Highlight**

Gericht op het werken in de Recreatie, Adventure, Xtremesports en Snowsports

▶ **Kenmerk**

Je bent een medewerker die een bijdrage kan leveren in een seizoen-gebonden (buitensport) bedrijf. Je werkt als seizoen sportleider/coördinator

▶ **Werkveld**

Campings, buitensportbedrijven, recreatie en vakantie parken, sneeuw sport georiënteerde bedrijven, reis organisaties, beach & adventure, watersport scholen, recreatie

▶ **Doorstroom hbo**

ALO

Uitstroomprofiel

BUURT, ONDERWIJS, SPORT

Niveau 3 en 4



▶ **Highlight**

Je bent de spin in het web van Buurt Onderwijs Sport

▶ **Kenmerk**

Organisatietalent, netwerker, inspirerend, (sport) stimulerend persoon

▶ **Werkveld**

Gemeente, welzijnsorganisaties, kinderopvang, basisscholen

▶ **Doorstroom hbo**

ALO, Pabo, Academie voor sociale studies

Keuzedeel	Kosten voor studenten S&B	Niveau	Diploma
Bso 8-12 jaar	€ 0,-	3 en 4	Alfa-college
Combinatie-functionaris IKC	€ 40,-	3 en 4	Alfa-college
Digitale vaardigheden gevorderd	Laptop verplicht	3 en 4	Goethe
Doorstroom naar hbo mens en maatschappij	€ 0,-	3 en 4	Alfa-college
Duits A1/A2 in het beroepsonderwijs	€ 285,-	3 en 4	Alfa-college
Engels A2/B1	€ 40,-	3 en 4	Alfa-college
Gezonde leefstijl	€ 0,-	3 en 4	Alfa-college
Instructeur Athletic Skills Model	Nog nader te bepalen	3 en 4	Alfa-college
Instructeur en Trainer-coach gymnastiek	€ 40,- Instructeur 160,- Trainer-coach	3 en 4	KNGU
Instructeur (e) mountainbiken	€ 305,-	3 en 4	Alfa-college
Instructeur conditie en hersteltrainer	€ 100,-	3 en 4	Alfa-college
Instructeur dans, bewegen op muziek (freestyle/bodypump)	€ 50,-	3 en 4	Les Mills en Alfa-college
Instructeur dans, bewegen op muziek (hip hop)	€ 0,-	3 en 4	Alfa-college
Instructeur fitness (A)	€ 0,-	3 en 4	Alfa-college
Instructeur judo	€ 50,-	3 en 4	JBN
Instructeur kajakken, kanoën en raften	€ 500,-	3 en 4	Alfa-college
Instructeur skiën (A) en verdieping instructeur (skiën B)	€ 1925,- en € 1950,-	3 en 4	Snowsport Academy, Anwärter en Landes

Keuzedeel	Kosten voor studenten S&B	Niveau	Diploma
Instructeur sportklimmen	€ 450,-	3 en 4	NKBV en Alfa-college
Instructeur zwemonderwijs	€ 200,-	3 en 4	EHBO, zwemmend redden en NRZ
Internationaal II, werken in het buitenland	kosten stage afhankelijk	3 en 4	Alfa-college
Leisure leefstijlen	€ 350,-	3 en 4	Hiswa-Recron
Lifeguard	€ 75,-	3 en 4	Alfa-college
Oriëntatie op ondernemerschap	€ 25,-	3 en 4	Alfa-college
Outdoor activiteiten	€ 250,-	3 en 4	Alfa-college
Senioren-bewegingsleider	€ 50,-	3 en 4	Alfa-college
Spaans A1/A2	€ 285,-	3 en 4	Alfa-college
Specifieke doelgroepen sport en bewegen	€ 0,-	3 en 4	Alfa-college
Activiteiten voor kinderen 4 tot 12 jaar (voetbaltrainer)	€ 185,-	3 en 4	KNVB
Sportmasseur	€ 70,-	4	Alfa-college
Trainer-coach voetbal (UEFA C Youth)	€ 230,-	4	KNVB
Trainer-coach volleybal	€ 50,- VT2 € 100,- VT3	3 en 4	Nevobo
Vechtsporttrainer en -pedagoog	€ 0,-	3 en 4	Alfa-college
Verdieping instructeur (fitness B)	€ 0,-	3 en 4	Alfa-college
Vorbereiding hbo	€ 0,-	4	Alfa-college
Vorbereiding hbo (Alo/Sportkunde)	€ 0,-	4	Alfa-college



▶ **Alfa-college**
Sport en Bewegen
Kardingerweg 48
9735 AH Groningen
050-595 81 00

▶ **Alfa-college**
Sport en Bewegen
Salland 2a
9405 GM Assen
050-595 81 00