

Lifestyle, Sport  
en Bewegen



## Trainer-coach niveau 3 gymnsport

## Trainer-coach niveau 3 gymnsport

*Lijkt het jou leuk om zelfstandig les te geven bij een gymnastiek- of turnvereniging? Ben je 16 jaar of ouder? Dan is de opleiding trainer-coach niveau 3 gymnsport echt iets voor jou! Tijdens deze opleiding leer je alles over het trainerschap en de turnsport. Na het behalen van deze opleiding ben je bevoegd om zelfstandig les te geven.*

### Inhoud van de opleiding

De opleiding wordt georganiseerd door ROC Mondriaan Lifestyle, Sport en Bewegen en is opgezet in samenwerking met Haagse turnverenigingen, Werkgever Sportclubs Den Haag en de Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie (KNGU). De lessen worden gegeven aan de hand van de online module, ontwikkeld door de KNGU. Je volgt de fundamentele fase en gaat daarna aansluitend verder met de discipline fase – recreatieve gymnsport. Een greep uit de onderwerpen die tijdens de opleiding aan bod komen:

- Methodiek
- Motoriek
- Trainingsleer en blessurepreventie
- Methodiek: gymnsport

### Opbouw van de opleiding

Voor deze opleiding volg je 22 bijeenkomsten van 3 uur. Deze bestaan uit 1 uur theorieles en 2 uur praktijkles. Tijdens de praktijkles ga je oefenen met lesgeven aan kinderen. Naast de bijeenkomsten loop je stage bij een vereniging.

### Studiebelasting

Bijeenkomsten	72 uur
Stage bij de vereniging	100 uur
Zelfstudie/voorbereiding	68 uur
<b>Totaal</b>	<b>240 uur</b>

### Stage lopen

Je stageplaats moet aan een aantal voorwaarden voldoen. Vraag bij jouw vereniging of jij daar stage kan lopen onder begeleiding van een bevoegde praktijkbegeleider. Kan dit niet? Of heb je geen vereniging waar je stage kan lopen? Neem dan gerust contact met ons op.

### Wanneer mag je deze opleiding volgen?

Voor deze opleiding geldt dat je 16 jaar of ouder moet zijn op het moment van het examen, dat je de opleiding gymnastiek assistent leider (niveau 2) hebt behaald en dat je lid bent van een vereniging die is aangesloten bij de KNGU.

### Kosten

De kosten voor deelname aan de opleiding **trainer-coach niveau 3 gymnsport** bedragen **€ 1.150,00**. Dit is inclusief digitaal lesmateriaal en examens.

### Opleidingsdata

Dinsdag van 18:00 - 21:00 uur.

#### 2027

5, 12, 19, 26 januari

2, 9, 16 februari

2, 9, 16, 23, 30 maart

6, 13, 20 april

11, 18, 25 mei

1, 8, 15 en 22 juni

### Start opleiding

Inschrijven is mogelijk tot uiterlijk **10 december 2026**. Je hoort aansluitend van ons of de opleiding door kan gaan en of er een plaats voor je gereserveerd is.

### Locatie

ROC Mondriaan  
Sportcampus Zuiderpark  
Meester P. Droogleever Fortuynweg 22 2533  
SR Den Haag

Houd voor je navigatie nr. 69 aan.  
Parkeren is in en rondom het Zuiderpark gratis tot 18.00 uur, daarna is het betaald.

### Vragen

Heb je vragen over de opleiding?  
Neem dan gerust contact met ons op -  
[t.pille@rocmondriaan.nl](mailto:t.pille@rocmondriaan.nl)

### Aanmelden

Wil jij deze opleiding volgen? Meld je dan snel aan via onderstaande QR-code!



In samenwerking met de Haagse turnverenigingen  
(C.G.V. Die Haghe, Neptunus Scheveningen, Donar Den Haag,  
S.T.H.W. en Bosan Turnacademie)