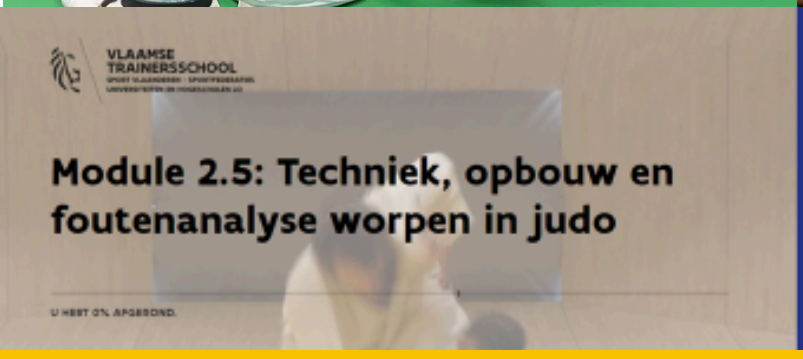
# VTS- trainersopleidingen judo

## Programma 2026

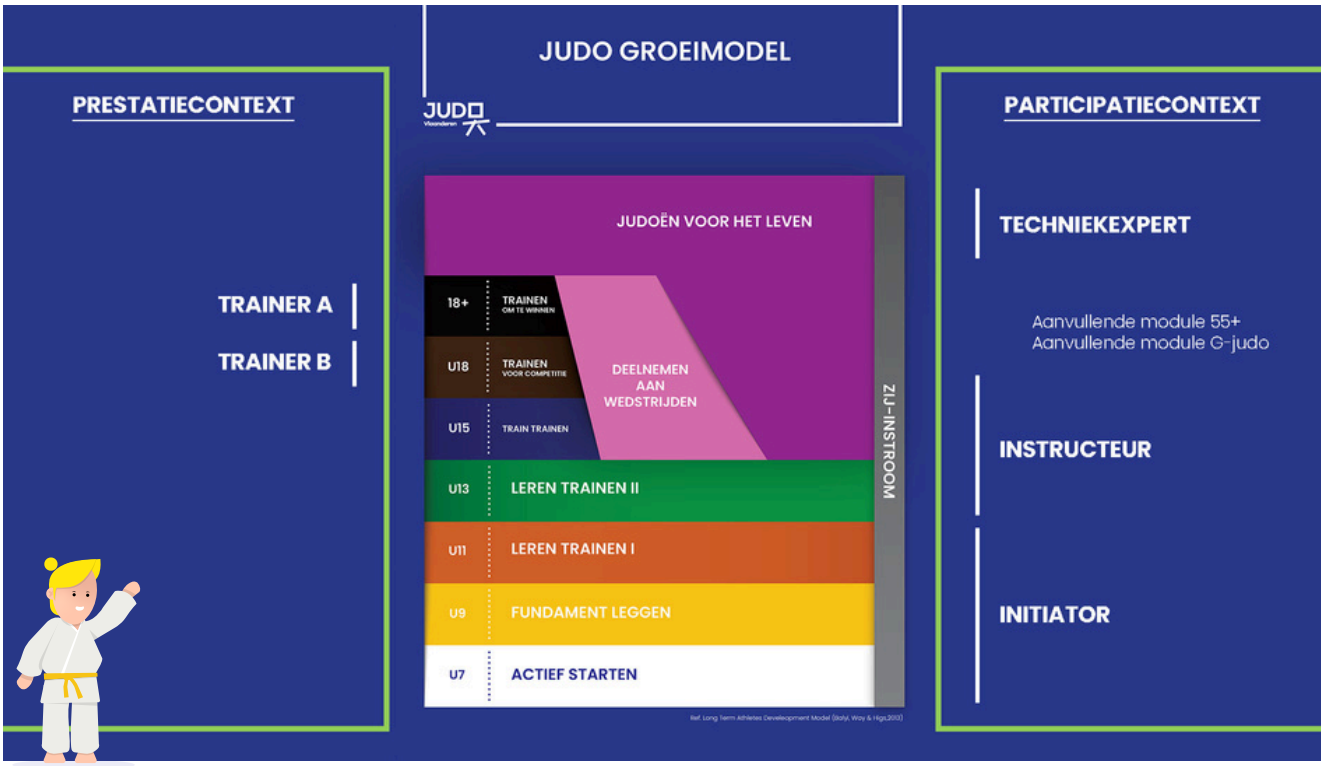
leen.dom@judovlaanderen.be



JUDO Vlaanderen

VLAAMSE TRAINERSSCHOOL
SPORT VLAANDEREN - SPORTFEDERATIES
UNIVERSITEITEN EN HOGESCHOLEN LO

# DE OPLEIDINGSSTRUCTUUR




Het Judo groeimodel en de verschillende contexten waarin de trainer actief is, vormen de basis van deze structuur. De richtlijnen geformuleerd voor elke ontwikkelingsfase zijn dan ook verwerkt in de opleidingen.

# 01 Start 2 coach judo

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het ondersteunen van een opgeleide trainer bij het organiseren en aanleren van bewegingsvaardigheden aan sporters in diverse contexten (club of andere sportieve omgeving).

Start 2 coach **judo**:

- De cursist leert bewegingsvaardigheden en judovaardigheden met elkaar verbinden en kan deze functioneel aanbieden.
- De cursist kan ondersteunen bij het aanleren van een (beperkt) aantal technieken tot 5de kyu.
- De lesgever start 2 coach kan ingezet worden als hulp op de mat.

Deelnamevoorwaarden: minstens 15 jaar worden + minstens 1ste kyu Judo Vlaanderen.

Shisei: balans houden tijdens het aanzetten van een worp

# 02 Initiator judo

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het zelfstandig begeleiden van judoka's die actief zijn binnen een participatiecontext (judoclub of andere sportieve omgeving) en zich situeren in de ontwikkelingsfasen (Judo groeimodel): Actief starten, Fundament leggen en Leren trainen I.

De initiator judo:

- kan iemand technisch voorbereiden tot en met 3de kyu,
- kan in clubverband training geven onder de verantwoordelijkheid en bevoegdheid van de instructeur of hoger,
- kan judoka's begeleiden op ontmoetingen/randoridagen (tot U11).

Deelnamevoorwaarden: minstens 17 jaar worden + 1ste dan Judo Vlaanderen (of 1ste kyu én slagen voor de toelatingsproef).

In de opleiding initiator wordt het cursusmateriaal digitaal aangeboden!

# 03 Instructeur judo

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het zelfstandig begeleiden van judoka's die actief zijn binnen een participatiecontext en zich situeren in de ontwikkelingsfasen (Judo groeimodel): Leren trainen II, Train trainen (en Judoën voor het leven).

De instructeur judo:

- kan iemand technisch voorbereiden tot en met 1ste dan,
- kan judoka's begeleiden tijdens wedstrijden tot prov./reg. niveau,
- kan judoka's via aangepaste sporttechnische en tactische trainingsopbouw laten doorstromen naar een hoger wedstrijdniveau (prov./reg. niveau),
- kan de sportieve leiding van een judoclub opnemen,
- stuurt initiators aan tijdens de training.

Deelnamevoorwaarden: diploma initiator judo, minstens 1ste dan Judo Vlaanderen + één bijscholing binnen een termijn van 1 jaar voorafgaand aan de opleiding/in het bezit zijn van een geldige coachkaart Judo Vlaanderen.

Ook in de opleiding instructeur worden verschillende vakken digitaal aangeboden.

# 04 Trainer B judo

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het zelfstandig begeleiden van sporters die actief zijn binnen een prestatiecontext tot nationaal niveau en zich situeren in de ontwikkelingsfasen (Judo groeimodel): Trainen voor competitie.

De trainer B judo:

- kan zelfstandig competitiegericht lesgeven,
- kan judoka's begeleiden tijdens wedstrijden tot nationaal niveau,
- kan judoka's via aangepaste sporttechnische en tactische trainingsopbouw laten doorstromen naar een hoger wedstrijdniveau (nationaal niveau),
- kan de competitiewerking van een club leiden.

Deelnamevoorwaarden: diploma instructeur (B) judo, minstens 1ste dan Judo Vlaanderen + één bijscholing binnen een termijn van 1 jaar voorafgaand aan de opleiding/in het bezit zijn van een geldige coachkaart Judo Vlaanderen. De kandidaat is minstens 2 jaar actief als coach van judoka's presterend op provinciaal niveau.

# 05 Techniekexpert

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het zelfstandig begeleiden van judoka's die actief zijn binnen een participatiecontext en zich situeren in de ontwikkelingsfasen (Judo groeimodel): Judoën voor het leven.

De techniekexpert:

- kan judoka's technisch voorbereiden tot en met 6de dan,
- kan judoka's begeleiden naar katacompetitie en shodan-shiken (SDS),
- heeft de kennis en vaardigheden om door te stromen tot SDS-jurylid of trainer techniek en kata Judo Vlaanderen,
- kan functioneren als mentor voor trainers en hoofdtrainers van andere clubs.

Deelnamevoorwaarden:

- De kandidaat is minstens 3de dan Judo Vlaanderen én moet slagen voor een technische toelatingsproef. (Trainers die binnen de 3 jaar voor de toelatingsproef slaagden in een SDS-examen minimum 3de dan OF reeds de graad van 6de Dan of hoger bezitten, zijn vrijgesteld voor deze proef. Graden moeten steeds erkend zijn door Judo Vlaanderen.)
- De kandidaat is minstens 1 jaar in het bezit van het diploma instructeur (B) of ermee gelijkgesteld en is minstens 5 jaar actief als trainer binnen de clubwerking.
- De kandidaat behaalde binnen een termijn van 3 jaar voor aanvang van de toelatingsproef, 17 credits voor deelname aan sporttechnische opleiding en training waarvan:
    - 5 credits kata Hogere Graden,
    - 5 credits regionale technische training,
    - 5 credits regionale katatraining,
    - 2 credits bijscholing VTS+ of Judo Vlaanderen (van telkens min. 2 u.).

  Eén credit staat hierbij gelijk aan 2 technische punten Judo Vlaanderen.

# 06 AM Initiator judo 55+

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het begeleiden van judoka's 55+ op clubniveau. De cursist leert rekening houden met de ontwikkelingskenmerken van de doelgroep en de ontwikkelingslijn van het judo teneinde hen via aangepaste sporttechnische en -tactische trainingssessies leerdoelen te laten bereiken.

Deelnamevoorwaarden: minstens initiator judo + 1ste dan Judo Vlaanderen.

Onder leiding van deskundige docenten leer je zowel theoretisch als praktisch hoe je te werk gaat en wat de aandachtspunten zijn. In een plezierige, veilige omgeving en op een organisatorisch kwaliteitsvolle manier judo aanbieden voor judoka's 55+ is ons doel! Om deel te nemen ben je minstens initiator en behaalde je de graad van 1ste dan.

# 07 AM Initiator G-judo

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het begeleiden van beginnende en/of recreatieve G-judoka's op clubniveau. De cursist leert rekening houden met de ontwikkelingskenmerken van de doelgroep (verstandelijke en fysieke beperking) en de ontwikkelingslijn van het G-judo teneinde hen via aangepaste sporttechnische en -tactische trainingssessies leerdoelen te laten bereiken.

Deelnamevoorwaarden: minstens initiator judo.

Je krijgt meer inzicht in het doen en denken van judoka's met een beperking, en leert dit ook vertalen naar de praktijk. Na een theoretische verdieping gaan we samen de mat op. Je leert in functie van deze bijzondere judoka's les geven in een plezierige, veilige omgeving en op een organisatorisch kwaliteitsvolle manier.

# Extra informatie

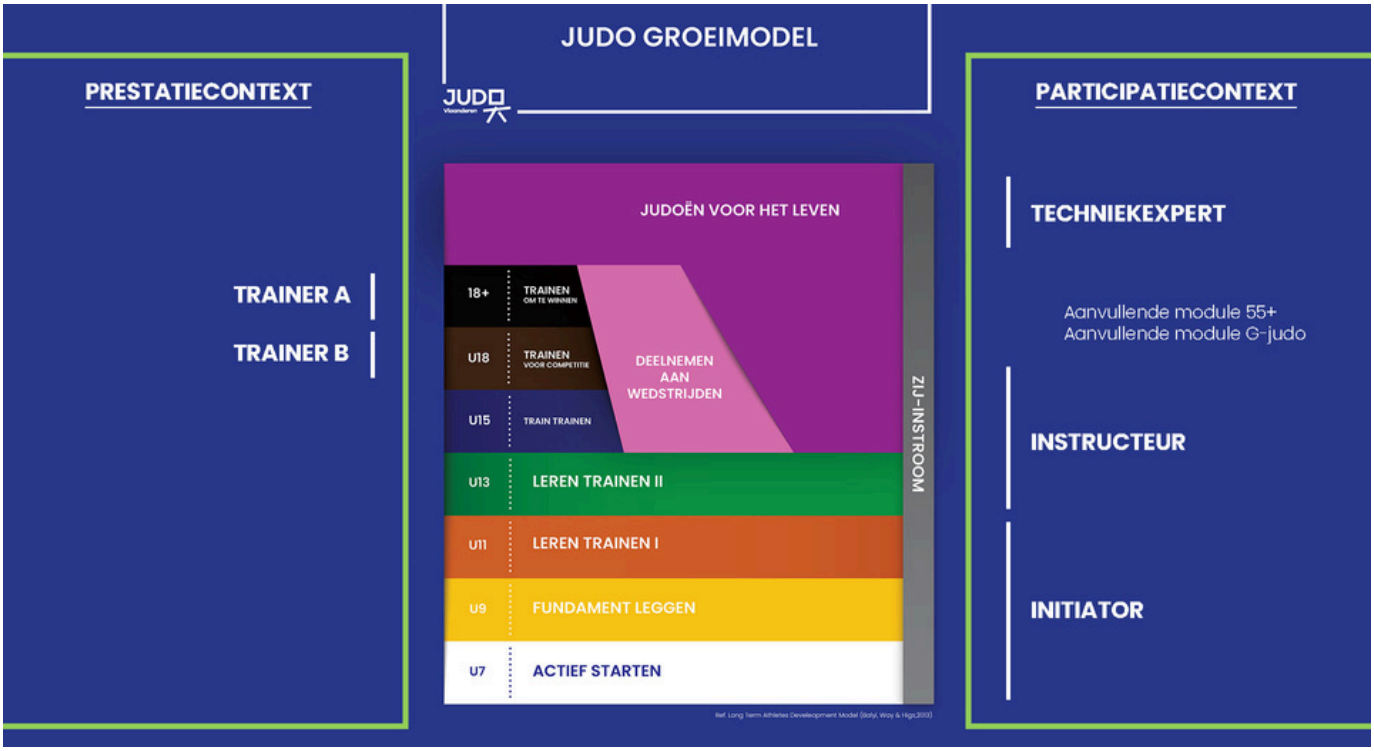
## HET OPLEIDINGSAANBOD 2026:

| pleiding | Locatie | Lesdagen | Periode |
|---|---|---|---|
| Start 2 Coach judo (module 1) | Tervuren | Week ( +/- 3 dagen + examen) | 01/07 – 05/07 |
| Initiator (module 2,3,4) | Wilrijk | Weekopleiding<br>( +/- 7 dagen + examen) | 23/08 – 28/08 |
| Start 2 coach (module 1) *<br>Initiator (module 2,3,4) | Oudsbergen | Zaterdagnamiddag | Februari – oktober |
| Start 2 coach (module 1) *<br>Initiator (module 2,3,4) | Hamme | Zaterdag<br>Zaterdagnamiddag | Februari – oktober |
| Start 2 coach (module 1) *<br><br>Initiator (module 2,3,4) | Wilrijk | Weekopleiding<br>( +/- 10 dagen + examen) | 12/08-14/08<br><br>23/08-28/08 |
| Instructeur (module 2,3, 4) | Zele | Zaterdagnamiddag | September 2026 – mei 2027 |
| Module 5 – Levenslang leren niveau 1 | Zemst | Zaterdagvoormiddag | 7/03 en 14/03 |
| Module 5 – Levenslang leren niveau 1 | Zele | Te bepalen | Te bepalen |
| Initiator judo aanvullende module 55+ | Duffel | Zaterdagnamiddag | 17/01 – 25/04 (24u) |

## MEER FLEXIBILITIET, MEER OP MAAT!

De Vlaamse Trainersschool biedt de mogelijkheid om de sportwetenschappelijke vakken (Module 1) en Levenslang leren (Module 5) vanaf niveau instructeur aan te vatten in een periode naar keuze. De verplichting om deze modules en vakken voorafgaand aan de sportspecifieke modules af te werken, valt weg. LET OP: geslaagd zijn voor deze vakken is wel noodzakelijk om het betreffende trainersdiploma te behalen!

# Schrijf tijdig in!

Inschrijven voor de verschillende opleidingen kan via de Vlaamse Trainersschool!

Een trainersopleiding bij jou in de club? Contacteer DSKO Leen Dom via leen.dom@judovlaanderen.be.