

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.

BALANCEREN



SPRINGEN EN LANDEN

HEFFEN



Shisei: balans houden tijdens het aanzetten van een worp