

#SPORT EN GEZONDHEID

✓ BESPAAR MET DE KMO-PORTEFEUILLE

## INITIATIE SPORTMASSAGE

€ 544,50 incl. BTW

KORTE MAAR INTENSIEVE TRAINING

### OMSCHRIJVING

#### Introductie

Heel wat geïnteresseerde cursisten zien een volledige opleiding sportverzorger (nog) niet zitten: daarom dan deze **initiatie in de sportmassage** met een minimum aan theorie (alleen wat noodzakelijk is om een inzicht te krijgen in de technieken van de klassieke sportmassage komt aan bod) en een maximum aan praktijk: oefenen en maar blijven oefenen!

#### Omschrijving

Heb je een zoon/dochter die aan sport doet, recreatief of competitief?

Maak je deel uit van het begeleidingsteam van een club?

Wil je de sporter na een inspanning weer klaar stomen voor de volgende stap/dag?

Dan biedt deze opleiding zeker een meerwaarde!

Als je de smaak dan echt te pakken hebt, kan je je achteraf nog "**specialiseren**" door verschillende bijkomende opleidingen te volgen die aansluiten op deze initiatie.

#### Voor wie is deze opleiding bestemd?

Iedereen die geïnteresseerd is in een korte maar intensieve opleiding sportmassage.

#### Voorkennis

Voor deze opleiding is geen specifieke voorkennis vereist.

#### Bijkomende info

Het handboek *Snellenbergs* is inbegrepen in het inschrijvingsgeld.

We vragen aan de cursist(e) om een laken, een badhanddoek en twee gewone handdoeken mee te brengen. Om het jezelf gemakkelijk te maken, kom je het best in training naar de les en breng je ook een short mee.

### PROGRAMMA

- Een beperkte basis anatomie
- Theorie over de gebruikte tussenstof(fen), de noodzakelijke materialen, de omgang met sporters, deontologie en beroepsethiek, de (ideale) omgeving waar gemasseerd wordt, het verschil tussen en de effecten bij de voorbereidende (of stimulerende massage) en de massage na de inspanning (of sederende massage)
- Vooral praktijk waarbij alle basishandgrepen (en hun functie) aan bod komen:
  - De toepassing van de handgrepen op de rug en schouders
  - Het volledige been (voor- en achterkant) en de voeten
  - De armen en de handen, ...

### PRAKTISCH

10 sessie(s) vanaf donderdag 24/03/2022 - Kortrijk

#### Lesdata voor Kortrijk vanaf donderdag 24/03/2022

Datum	Startuur	Einduur
donderdag 24/03/2022	19:00	22:00
donderdag 31/03/2022	19:00	22:00
donderdag 21/04/2022	19:00	22:00
donderdag 28/04/2022	19:00	22:00
donderdag 05/05/2022	19:00	22:00
donderdag 12/05/2022	19:00	22:00
donderdag 19/05/2022	19:00	22:00
donderdag 02/06/2022	19:00	22:00
donderdag 09/06/2022	19:00	22:00
donderdag 16/06/2022	19:00	22:00

#### Locatie

Syntra West Kortrijk  
Doorniksesteenweg 220  
8500 Kortrijk

#### Contact

T: 078/353 653  
Sofie@syntrawest.be

Data onder voorbehoud van eventuele wijzigingen.

#### ANDERE MOGELIJKE LOCATIES:

#### Lesdata voor Kortrijk vanaf donderdag 07/10/2021

Datum	Startuur	Einduur
donderdag 07/10/2021	19:00	22:00
donderdag 14/10/2021	19:00	21:00
donderdag 21/10/2021	19:00	22:00
donderdag 28/10/2021	19:00	22:00
donderdag 18/11/2021	19:00	22:00
donderdag 25/11/2021	19:00	22:00
donderdag 02/12/2021	19:00	22:00
donderdag 09/12/2021	19:00	22:00
donderdag 16/12/2021	19:00	22:00
donderdag 23/12/2021	19:00	22:00

#### Locatie

Syntra West Kortrijk  
Doorniksesteenweg 220  
8500 Kortrijk

#### Contact

T: 078/353 653  
Sofie@syntrawest.be

Data onder voorbehoud van eventuele wijzigingen.

#### Lesdata voor Brugge vanaf zaterdag 12/03/2022

Datum	Startuur	Einduur
zaterdag 12/03/2022	09:00	12:00
zaterdag 19/03/2022	09:00	12:00
zaterdag 26/03/2022	09:00	12:00

#### Locatie

Syntra West Brugge  
Spoorwegstraat 14  
8200 Brugge

#### Contact

T: 078/353 653  
Sofie@syntrawest.be

<b>Datum</b>	<b>Startuur</b>	<b>Einduur</b>
zaterdag 02/04/2022	09:00	12:00
zaterdag 23/04/2022	09:00	12:00
zaterdag 30/04/2022	09:00	12:00
zaterdag 07/05/2022	09:00	12:00
zaterdag 14/05/2022	09:00	12:00
zaterdag 21/05/2022	09:00	12:00
zaterdag 04/06/2022	09:00	12:00

Data onder voorbehoud van eventuele wijzigingen.

## **DOCENT**

**Eddy De Groot**e werkte meer dan 30 jaar bij grote profwielploegen en geeft al 15 jaar les (oa praktijk sportmassage) in de opleiding Sportverzorger en Wielerverzorger.