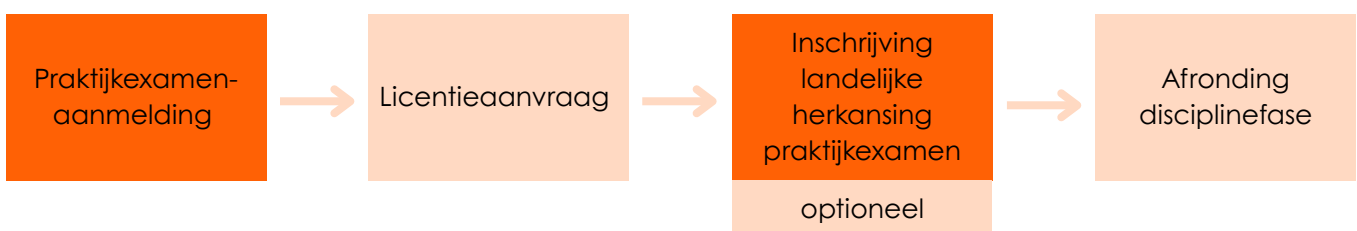


## Trainer-coach 3 disciplinefase freerunning-parkour theorie en opdrachten

Wat?	Hoe?	Omschrijving
Jouw online academy	Video	Uitleg online DG Academy
Introductie disciplinefase	Video	Informatie disciplinefase
Actieplan disciplinefase – persoonlijke ontwikkeling	Inleveropdracht	Plannen van jouw stage en opdrachten
Methodiek: freerunning-parkour	E-learning	Techniek en methodiek
Freerunning-parkour-dag 1	Fysieke bijeenkomst 1 en inleveropdracht 1	Springen, vaults en jam
Freerunning-parkour-dag 2	Fysieke bijeenkomst 2 en inleveropdracht 2	Klimmen en zwaaien
Freerunning-parkour-dag 3	Fysieke bijeenkomst 3 en inleveropdracht 3	Flips en tricks
Freerunning-parkour-dag 4	Fysieke bijeenkomst en inleveropdracht 4	Competitie/challenge en evaluatie
Portfolio-opdracht 3.2	E-learning en portfolio-opdracht	Coachen van sporter bij activiteit of wedstrijd
Portfolio-opdracht 3.3	E-learning en portfolio-opdracht	Organiseren van een sport- of beweegaanbod
Portfolio-opdracht 3.4	E-learning en portfolio-opdracht	Aansturen van een assistent
Portfolio-opdracht 3.5	E-learning en portfolio-opdracht	Monitoren voortgang sporter
Portfolio-opdracht 3.1	E-learning en portfolio-opdracht	Periodeplanning en praktijkexamen

## Trainer-coach 3 disciplinefase freerunning-parkour afronding



\*Tijdens de gehele opleiding tot trainer-coach 3 heb je toegang tot een extra playlist met e-learnings van de portfolio-opdrachten. Je kunt deze inleveren tijdens je disciplinefase maar kunt deze dus al inzien en uitvoeren ook tijdens de fundamenteel fase.