

Beste trainer,

De start van een nieuw seizoen laat niemand onbewogen. Materiaal en zalen werden in aller haast opgefrist, uurroosters in elkaar gepuzzeld, lesvoorbereidingen van onder het stof gehaald. Nieuwe druppeltjes creativiteit werden uit hersencellen gewrongen om recreatieve schermers gemotiveerd te laten trainen en complexe wedstrijdkalenders werden ontrafeld en ontleed om de route voor competitieve schermers uit te stippelen.

Ook in het team sportkaderopleiding van de VSB wordt er naarstig voort getimmerd aan de planning van het nieuwe seizoen. Wat weten we al?

Op de **Jeugdhappening** van 20 maart zal je getrouwe bijscholingen kunnen terugvinden als **materiaal** herstellen voor je schermers en **Fencing for Dummies** voor ouders van beginners. Maak het jezelf gemakkelijk als trainer en kondig ze nu al aan!

Het team van **Fit for Fencing** zal in het nieuwe seizoen werken rond alles dat het verschil maakt tussen een scherman die stevig en gecontroleerd of schots en scheef op de piste staat. In de lente plannen we twee bijscholingen rond houding, waarbij je als trainer leert zien waar en wanneer het misloopt, hoe je "foutgegroeide" schermers kan voorkomen en hoe je ze terug op het goede pad krijgt.

Als voorbereiding mag je alvast Opwarming? Saai hoor! noteren op **zaterdag 12 december** van 15u tot 18u in het Bloso centrum Gent. In deze praktijkgerichte bijscholing overlopen we verschillende types opwarming, van klassiek tot speels, en geven we alles mee dat nodig is om ook de opwarming als efficiënte trainingstijd van schermvaardigheden te gebruiken.

Ondertussen worden schermtechnische bijscholingen uitgewerkt, zowel vertrekkende van op Initiator niveau, als richting topsport niveau. Eind oktober zal er zicht zijn op hoe en wanneer deze bijscholingen eruit zullen zien.

Verder hebben we nog de jaarlijkse **EHBO refresher** in petto om mensen reeds bekend met de EHBO technieken hun kennis en vaardigheden te laten oprispen, en we sluiten het seizoen af op 11 juni met de **Dag van de Schermtrainer**.

We gaan uiteraard ook door met de opleiding van trainers! In aanloop van de initiator cursus van 2016 organiseren we **instaptesten initiator** op 14 november te Leuven en 12 december te Gent, telkens om 13u (voor de bijscholing Opwarming? Saai hoor!). Wil je een kandidaat klaarstomen, dan vind je in [de vernieuwde brochure voor de instaptesten](#) meer info. Vallen die twee data slecht? Contacteer [Anneke](#), en dan kijkt ze met jou hoe er een mouw aan gepast kan worden.

De initiator cursus 2016 zelf zal lopen van februari tot mei. Is je kandidaat trainer nog niet overtuigd van haar of zijn kunnen, of nog een jaartje te jong om aan de initiator cursus te beginnen, aarzel dan niet om ze naar de Aspirant cursus te sturen in 2016!

Locatie en data van beiden volgen zodra de reservaties vast liggen.



Elke kandidaat, elk potentieel, kan zich zoals altijd bekend maken via [Vraag Het Aan](#). Ook interessante bijscholingen of onderwerpen kan je via dat meldpunt onder onze aandacht brengen!



Verder zetten we graag wat externe bijscholingen in het licht voor de komende twee maanden:

<u>datum</u>	<u>onderwerp/titel (link naar externe site)</u>	<u>plaats</u>	<u>prijs</u>	<u>provider</u>
17/09/2015	Multi SkillZ 1.0: Motorische Ontwikkeling	Genk	€ 85,00	Coach2Com petence
19/09/2015	Houdingstraining deel II	Gent	€ 25,00	VTSPPlus
22/09/2015	Coach met de M-factor: sessie 1	Bree	€ 0,00	M-Team
24/09/2015	Houdingstraining deel III	Gent	€ 25,00	VTSPPlus
24/09/2015	Multi SkillZ 1.0: Motorische Ontwikkeling	Drongen	€ 85,00	Coach2Com petence
29/09/2015	Het managen van emoties in (top)sport - deel 1	Lede	€ 25,00	VTSPPlus
5/10/2015	Coach met de M-factor: open workshop (deel 2)	Gent	€ 30,00 /3	M-Team
5/10/2015	Coach met de M-factor: sessie 1	Turnhout	€ 0,00	M-Team
8/10/2015	Coach met de M-factor: open workshop (deel 1)	Hasselt	€ 30,00 /3	M-Team
13/10/2015	Het managen van emoties in (top)sport - deel 2	Lede	€ 25,00	VTSPPlus
17/10/2015	Maak als coach het verschil!	Hasselt	€ 25,00	VTSPPlus
19/10/2015	Coach met de M-factor: open workshop (deel 1)	Wilrijk	€ 30,00 /3	M-Team
20/10/2015	Trainen met hartslagmeter	Boom	€ 15,00	VWB
22/10/2015	Sport met grenzen - Omgaan met lichamelijk en seksueel grensoverschrijdend gedrag in de sport	Hasselt	€ 25,00	VTSPPlus
24/10/2015	Kracht en lenigheid bij senioren	Herentals	€ 15,00	Provant
26/10/2015	Sport en autisme	Berchem	€ 15,00	Provant
26/10/2015	Coach met de M-factor: open workshop (deel 3)	Gent	€ 30,00 /3	M-Team
26/10/2015	Coach met de M-factor: open workshop (deel 1)	Gent	€ 30,00 /3	M-Team
27/10/2015	Houdingstraining deel II	Oud-Heverlee	€ 25,00	VTSPPlus
29/10/2015	Houdingstraining deel III	Oud-Heverlee	€ 25,00	VTSPPlus
29/10/2015	Hamstringblessures: onvermijdelijk of toch niet?	Gent	€ 25,00	VTSPPlus
29/10/2015	Coach met de M-factor: open workshop (deel 2)	Hasselt	€ 30,00 /3	M-Team
verschillende data	Eerste hulp (basiscursus) (al dan niet in combinatie met vervolgcursus: Helper)		€ 0,00	Rode Kruis
verschillende data	Themales Reanimeren en defibrilleren Hartveilig		€ 0,00	Rode Kruis

Vergeet niet dat je altijd de Algemene Gedeeltes voor Instructeur B, Trainer B en Trainer A kan volgen, ook al stap je niet verder door in het traject als schermtrainer. Inschrijven kan via de website van de [Vlaamse Trainersschool](#).



Save the date!

24/11/2015: instaptest Initiator te Leuven

12/12/2015: instaptest Initiator + bijscholing Opwarming? Saai hoor! te Gent

20/03/2016: Jeugdhappening

11/06/2016: Dag van de Schermtrainer

Cool Stuff



Leuke oefening

Je kan met een ladder oneindig veel oefeningen doen. Geraak je echter niet verder dan een paar basiseetjes, dan vind je in deze YouTube speellijst inspiratie met hopen!



Biomechanica

Een comfortabele schoen is goud waard, ook op de piste. Maar of je schoen je beweging ondersteunt of tegenwerkt hangt af van je schoenveter-bind-techniek!



Materiaal

Vind je statische doelen en houten armen ouderwets? Probeer eens een robot!

Gezocht!

Ben je cool stuff tegen gekomen op het internet? Een interessante bijscholing, al dan niet in het buitenland? Laat het ons, [Margot](#) of [Anneke](#), weten!

We zoeken ook nog steeds interessante boeken die een must-have zijn voor de bibliotheek. De titels die aan de Technische Commissie worden voorgesteld vind je terug op de pagina van de VSB [Bibliotheek](#). Ken je nog een goed boek? Laat het [Els](#) weten!



Vlaamse Schermbond vzw

Boomgaardstraat 22 bus 56
B-2600 Berchem

www.vlaamseschermbond.be
info@vlaamseschermbond.be

KBO 0418.821.452