

NIVEAUS KNWU TRAINER

KNWU TRAINER 1

Als KNWU Trainer 1 heb je de keuze uit 3 verschillende opleidingen: Wegkapitein, Jeugdbegeleider en MTB-begeleider. Als Wegkapitein en MTB-begeleider zorg je voor de veiligheid van de groep, zet je de routes uit en houd je de snelheid in de gaten. Als Jeugdbegeleider zorg je voor de sociale, fysieke en hygiënische veiligheid van jeugdsporters en assisteer je een KNWU Trainer 2 of 3 bij een jeugdtraining of activiteit.

KNWU TRAINER 2

Als KNWU Trainer 2 ben je werkzaam bij een club en voer je trainingen uit die door een KNWU Trainer 3 zijn opgesteld. Je enthousiasmeert de sporters in hun sportieve en sporttechnische ontwikkeling en zorgt ervoor dat zij met plezier hun sport kunnen beoefenen. Plezier in de sport is een belangrijke voorwaarde.

KNWU TRAINER 3

Als KNWU Trainer 3 ben je werkzaam in clubverband en richt je je op sporters die zich voorbereiden en presteren op wedstrijdniveau. De sporters kunnen uitkomen in alle categorieën en sporten. Je staat voor de uitdaging om doelen op korte en lange termijn (= jaarplan) te realiseren. De belangrijkste uitgangspunten daarbij zijn de wensen en (on)mogelijkheden van de sporters in relatie tot de clubdoelen. Als KNWU Trainer 3 leer je de sporters technische vaardigheden aan, werk je gericht aan conditionele verbetering en stel je daartoe zelf een trainingsprogramma op.

KNWU TRAINER 4

Als KNWU Trainer 4 ben je werkzaam met sporters die zich bevinden in de fasen talentontwikkeling of topsport van het [KNWU-wielerplan](#). Je geeft individuele coaching en training-op-maat aan minimaal 4 sporters die uitkomen in bepaalde teams.

PRAKTIJKBEGELEIDER

Als praktijkbegeleider begeleid en ondersteun je een cursist vanuit een club. Hierbij ben je zijn/haar eerste aanspreekpunt, zorg je ervoor dat hij/zij de opdrachten uit kan voeren en bespreek je na uitvoering de opdrachten.