WATERSKI & WAKEBOARD VLAANDEREN

VLAAMSE TRAINERSSCHOOL
SPORT VLAANDEREN - SPORTFEDERATIES
UNIVERSITEITEN EN HOGESCHOLEN LO

HET WATERSKILANDSCHAP

WATERSKI & WAKEBOARD VLAANDEREN

Disciplines binnen het waterskiën

- Achter de boot
  - Klassiek skiën
  - Wakeboard
  - Racing
  - Blootvoeten
  - Show
  - G-Sport
- Aan de kabel
  - Klassiek skiën
  - Wakeboard

WSV
Waterski & Wakeboard Vlaanderen

KLASSIEK WATERSKI

- Slalom
- Figuren
- Springen

WSV
WATERSKI & WAKEBOARD VLAANDEREN

WAKEBOARD

WATERSKI & WAKEBOARD VLAANDEREN

Racing

222
GlamSmile
SMILE DESIGN
193
WSV
Waterski & Wakeboard
Vlaanderen

Blootvoeten

- Slalom
- Figuren
- Springen

Waterski & Wakeboard Vlaanderen

SHOWSKIËN

G-SPORT

- Recreatie
- Boot-Slalom
- Boot-Figuren
- Boot-Springen
- Kabel-sitwake

WSV
WATERSKI & WAKEBOARD VLAANDEREN

KABEL

De visie van Waterski & Wakeboard Vlaanderen

- WSV wil:
  - bijdragen tot de **recreatieve en competitieve waterski beoefening**
  - bijdragen tot de **promotie** van het waterskiën
  - de **jeugd** aanzetten tot het beoefenen van het waterskiën
  - het bestaand ledenpotentieel aanmoedigen tot **life-time sportbeoefening**
  - een **professionele begeleiding bieden** aan alle skiërs, van beginneling tot topsporter

Waterski & Wakeboard Vlaanderen

De visie van Waterski & Wakeboard Vlaanderen

- WSV doet dit door:
  - clubs te ondersteunen
    - administratieve en logistieke steun
    - hulp bij promotionele activiteiten
    - clubs begeleiden om hun jeugdwerking te bevorderen
  - de organisatie van cursussen & bijscholingen
  - organiseren van sportpromotionele activiteiten
  - topsporters en topsportbeloften begeleiden
  - promotie maken via de website, brochures, Pop-Up cable,…

Waterski & Wakeboard Vlaanderen

De visie van Waterski & Wakeboard Vlaanderen

- Basisopdrachten
  - Totaalaanbod van competitie tot recreatie
  - Kaderopleiding en bijscholing
  - Begeleiding aangesloten clubs & kwaliteitszorg
  - Interne & externe beleids- & organisatiecommunicatie
  - Promotie van de eigen sporttak

- Beleidsfocussen
  - Jeugdsport
  - Laagdrempelig sporten
  - Innovatie

Waterski & Wakeboard Vlaanderen

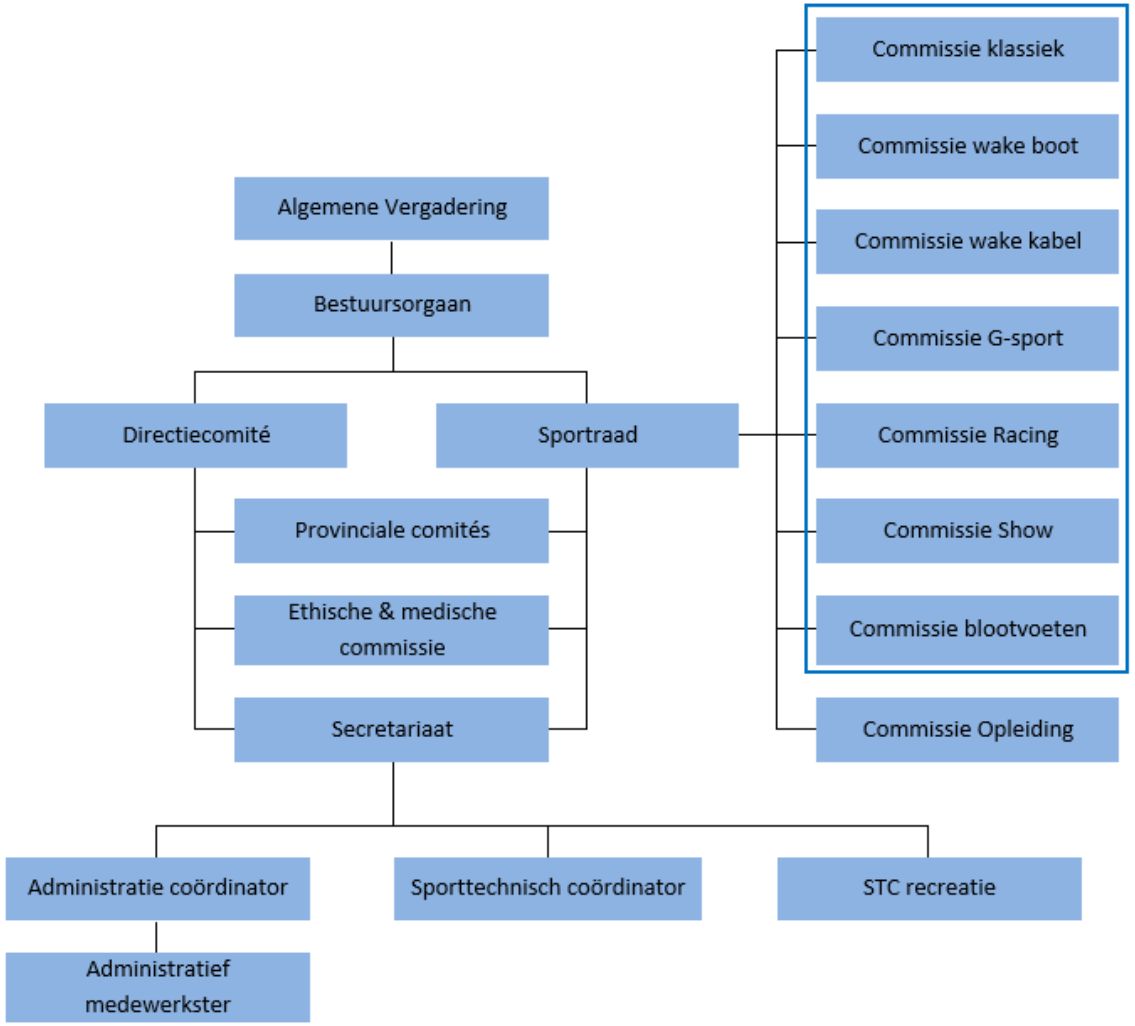
De visie van Waterski & Wakeboard Vlaanderen

- De rol van de waterskitrainer
  - Veiligheid primeert
  - Actieve en gezonde levensstijl
  - Succesbeleving en motivatie
  - Ontwikkeling van de waterskiër
    - Technische training geven
    - Tactische training geven
    - Mentaal trainen
  - Uithangbord
  - Levenslang leren
- Gedragscodes

Waterski & Wakeboard Vlaanderen

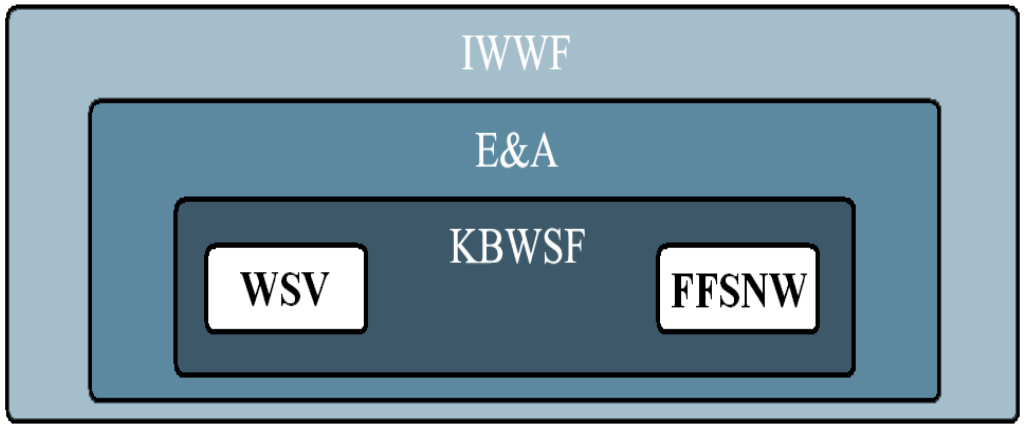
Waterski & wakeboard in Vlaanderen en in de rest van de wereld

- Waterski & Wakeboard Vlaanderen



Waterski & wakeboard in Vlaanderen en in de rest van de wereld

- WSV op Nationaal & internationaal niveau



- Alle informatie over wedstrijdlicenties, EMS, transferregeling,… kan je terugvinden op:

Waterski & Wakeboard Vlaanderen

WATERSKI & WAKEBOARD VLAANDEREN

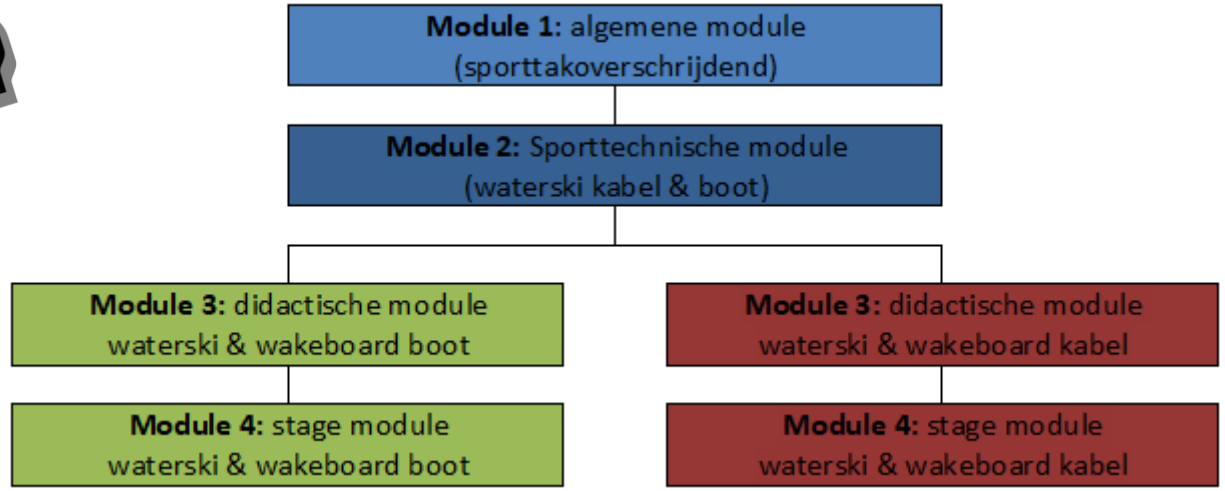
VLAAMSE TRAINERSSCHOOL
SPORT VLAANDEREN - SPORTFEDERATIES
UNIVERSITEITEN EN HOGESCHOLEN LO

ONDERSTEUNING TRAINERS

WATERSKI & WAKEBOARD VLAANDEREN

Opleiding - VTS

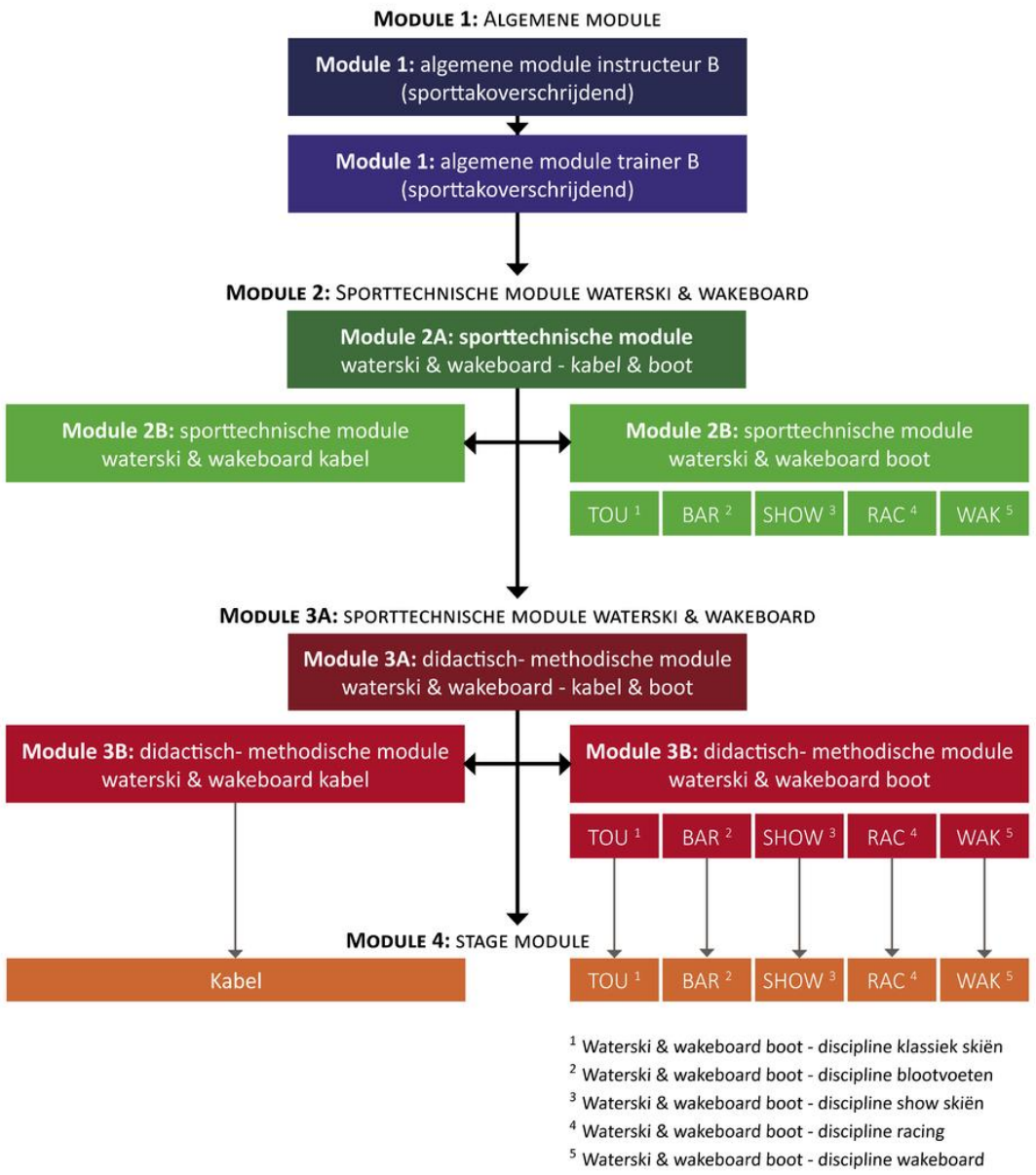
- Initiator waterski & wakeboard



WSV
WATERSKI & WAKEBOARD VLAANDEREN

Opleiding - VTS

- Trainer B waterski & wakeboard



Bijscholingen

A/ Trainersvereniging

- Bijscholingen (website)
- Attesten
- Lid worden

B/ VTS-plus

C/ Buitenland

WSV
Waterski & Wakeboard Vlaanderen

Financieel kader voor trainers

A/ Start to …

- Richtlijnen kostprijs
- Initiator: voor een initiatie van 3 à 4 uren (+/- 10 à 12 skiërs)
  - vrijwilligersvergoeding (€ 34,03)
  - + transportkosten
- B-trainer: voor een training van 3 uren
  - vrijwilligersvergoeding
  - + € 5/skiër
  - + transportkosten

WSV
Waterski & Wakeboard Vlaanderen

Financieel kader voor trainers

B/ Wettelijke bepalingen

Bijverdienen in een vereniging

Verenigingswerk

Vrijwilligersvergoeding

Sportwerk Vlaanderen (VLABUS)

WATERSKI & WAKEBOARD VLAANDEREN

Financieel kader voor trainers

C/ Vakantiejob

- Sport Vlaanderen
- Sportievak
  - Binnenland
  - ~~Como (Italië)~~

WATERSKI & WAKEBOARD VLAANDEREN

Jeugdsportlabel

- Enkele pijlers waar het jeugdsportlabel zich op toespitst
  - begeleiding door gediplomeerde trainers
  - toegankelijkheid voor jongeren
  - promotionele initiatieven
  - wekelijkse trainingen (documenten en info zie trainersproject)
- Erkenning van de club – label
- Subsidiëring

WSV
Waterski & Wakeboard Vlaanderen

De uitleendienst

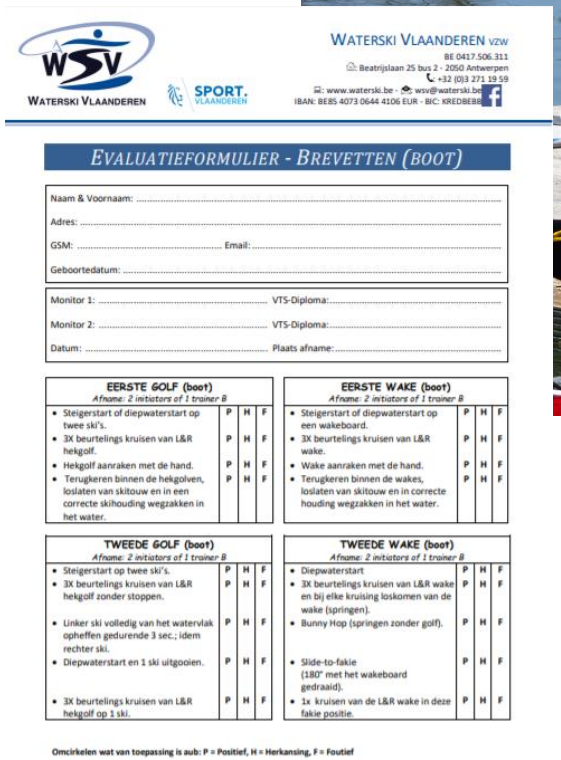
- Waterski's & wakeboards
- Wetsuits & reddingsvesten
- EHBO

- Materiaal GF2S

WSV
Waterski & Wakeboard Vlaanderen

Brevetten

- Afname brevetten
  - 1e golf/wake 2 initiatoren of 1 trainer B
  - 2e golf/wake 2 initiatoren of 1 trainer B
  - 3e golf/wake 1 trainer B en 1 initiator
  - 4e golf/wake 1 stagementor en 1 trainer B
- Formulieren
- Data – kalender



Waterski Vlaanderen vzw
BE 0417.506.311
Beatrijslaan 25 bus 2 - 2050 Antwerpen
+32 (0)3 271 19 59
www.waterski.be - wsv@waterski.be
IBAN: BE85 4073 0644 4106 EUR - BIC: KREDBEBB

Waterski Vlaanderen · Sport Vlaanderen

Evaluatieformulier - Brevetten (boot)

Naam & Voornaam: .....
Adres: .....
GSM: ..... Email: .....
Geboortedatum: .....

Monitor 1: ..... VTS-Diploma: .....
Monitor 2: ..... VTS-Diploma: .....
Datum: ..... Plaats afname: .....

EERSTE GOLF (boot) *Afname: 2 initiators of 1 trainer B*			
• Steigerstart of diepwaterstart op twee ski's.	P	H	F
• 3X beurtelings kruisen van L&R hekgolf.	P	H	F
• Hekgolf aanraken met de hand.	P	H	F
• Terugkeren binnen de hekgolven, loslaten van skitouw en in een correcte skihouding wegzakken in het water.	P	H	F

EERSTE WAKE (boot) *Afname: 2 initiators of 1 trainer B*			
• Steigerstart of diepwaterstart op een wakeboard.	P	H	F
• 3X beurtelings kruisen van L&R wake.	P	H	F
• Wake aanraken met de hand.	P	H	F
• Terugkeren binnen de wakes, loslaten van skitouw en in correcte houding wegzakken in het water.	P	H	F

TWEEDE GOLF (boot) *Afname: 2 initiators of 1 trainer B*			
• Steigerstart op twee ski's.	P	H	F
• 3X beurtelings kruisen van L&R hekgolf zonder stoppen.	P	H	F
• Linker ski volledig van het watervlak opheffen gedurende 3 sec.; idem rechter ski.	P	H	F
• Diepwaterstart en 1 ski uitgooien.	P	H	F
• 3X beurtelings kruisen van L&R hekgolf op 1 ski.	P	H	F

TWEEDE WAKE (boot) *Afname: 2 initiators of 1 trainer B*			
• Diepwaterstart	P	H	F
• 3X beurtelings kruisen van L&R wake en bij elke kruising loskomen van de wake (springen).	P	H	F
• Bunny Hop (springen zonder golf).	P	H	F
• Slide-to-fakie (180° met het wakeboard gedraaid).	P	H	F
• 1x kruisen van de L&R wake in deze fakie positie.	P	H	F

Omcirkelen wat van toepassing is aub: P = Positief, H = Herkansing, F = Foutief

Waterski & Wakeboard Vlaanderen

Pop-Up Cable

- Mobiele kabelbaan
- Promotie
  - Outdoor
  - Indoor
- Medewerkers gezocht

Evenementen

Openluchtzwembad Izegem

Pennenzakkenrock

Watersportdag

Buiten beleef je meer

Xtreme Xperience

Hercules Trophy Mechelen

Evenementen in het zwembad

Wezenberg, Antwerpen

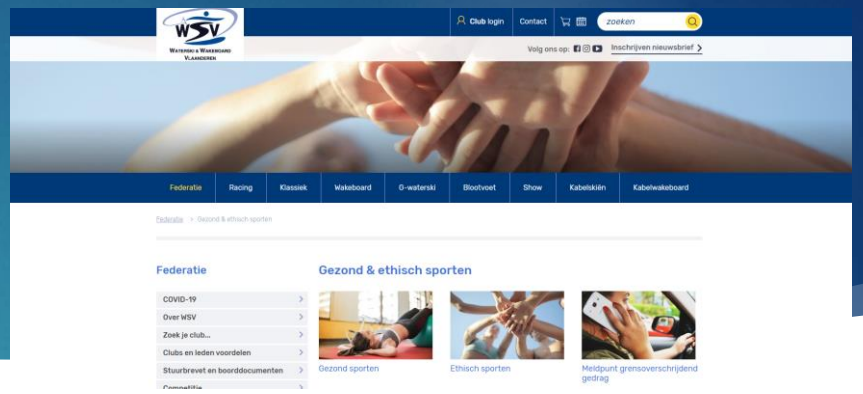
Belgian Boat Show, Gent

Openluchtzwembad Izegem

Zwembad De Treffer

WSV
WATERSKI & WAKEBOARD VLAANDEREN

Ethiek & gezondheid



Gezond sporten

Gezond sporten

Sportletsels

Sportbeoefening heeft veel voordelen, zowel fysiek als mentaal. Maar daarnaast is sport ook één van de belangrijkste oorzaken van letsels.

Get fit 2 ski

GF2S creëert voor elke waterskiër de ideale ondersteuning om meer trainingsbelasting aan te kunnen en blessures te voorkomen.

Sportmedische keuring

Het doel van een sportmedisch onderzoek is om risico op ziekte/blessure tot een aanvaardbaar minimum te beperken.

Doping

In het kader van een gezonde sportbeoefening is het belangrijk dat dit op een medisch verantwoorde manier gebeurt.

Uitleendienst EHBO-materiaal

WSV stelt een reddingsplank en EHBO-koffer ter beschikking van de clubs

Buiten sporten #smeerem

Bescherm kinderen die buiten sporten op een gepaste manier tegen zonnebrand. Zij lopen een verhoogd risico op huidkanker.

Ethisch sporten

Ethisch sporten

Gedragscodes

We willen a.d.h. van gedragsregels aantonen welk gedrag wenselijk is en welk gedrag afgekeurd wordt.

Misbruik & geweld

Pesten, seksueel misbruik, geweld, chantage, … allemaal situaties die we liefst nooit tegenkomen, maar jammer genoeg voor sommigen de harde realiteit.

Time Out tegen Pesten

TOP informeert, stimuleert en ondersteunt de sportsector om actief aan een pestvrije omgeving te werken. We keuren elke vorm van pesten af en zeggen volmondig Time Out tegen Pesten!

Panathlon

Elke jongere heeft het recht om te sporten op zijn of haar eigen maat. Om het recht op sport op jongerenmaat te vrijwaren en kracht bij te zetten, werd de Panathlonverklaring ontworpen.

Is kiezen verliezen?

Aan de hand van praktijkvoorbeelden toont Sport Vlaanderen hoe je er als trainer voor kan zorgen dat je sporters op een evenwichtige wijze met elkaar laat kampen.

Geestig gezond sporten

Geestig gezond sporten wil sportclubs informeren en oproepen bijzondere aandacht te hebben voor kinderen en jongeren met psychische kwetsbaarheden.

WSV
Waterski & Wakeboard Vlaanderen

Get Fit 2 Ski

Functionele training

Train je fysieke fitheid en core stability aan de hand van dit programma.

Coördinatie- & techniektraining

Zowel de basissprongen als de disciplinespecifieke sprongen trainen op de trampoline.

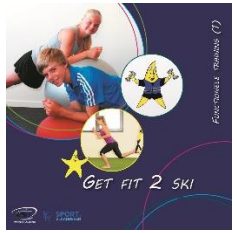
Warming-Up, Cooling-down & Stretching

Ook hier moet aandacht aan besteed worden.

- Functionele training
- Coördinatie & techniektraining
- Warming-Up, Cooling down & Stretching

Get Fit 2 Ski – Functionele training

- Boekjes



- Trainersmodule

Stel je eigen programma samen

Magneetbord & oefenfiches

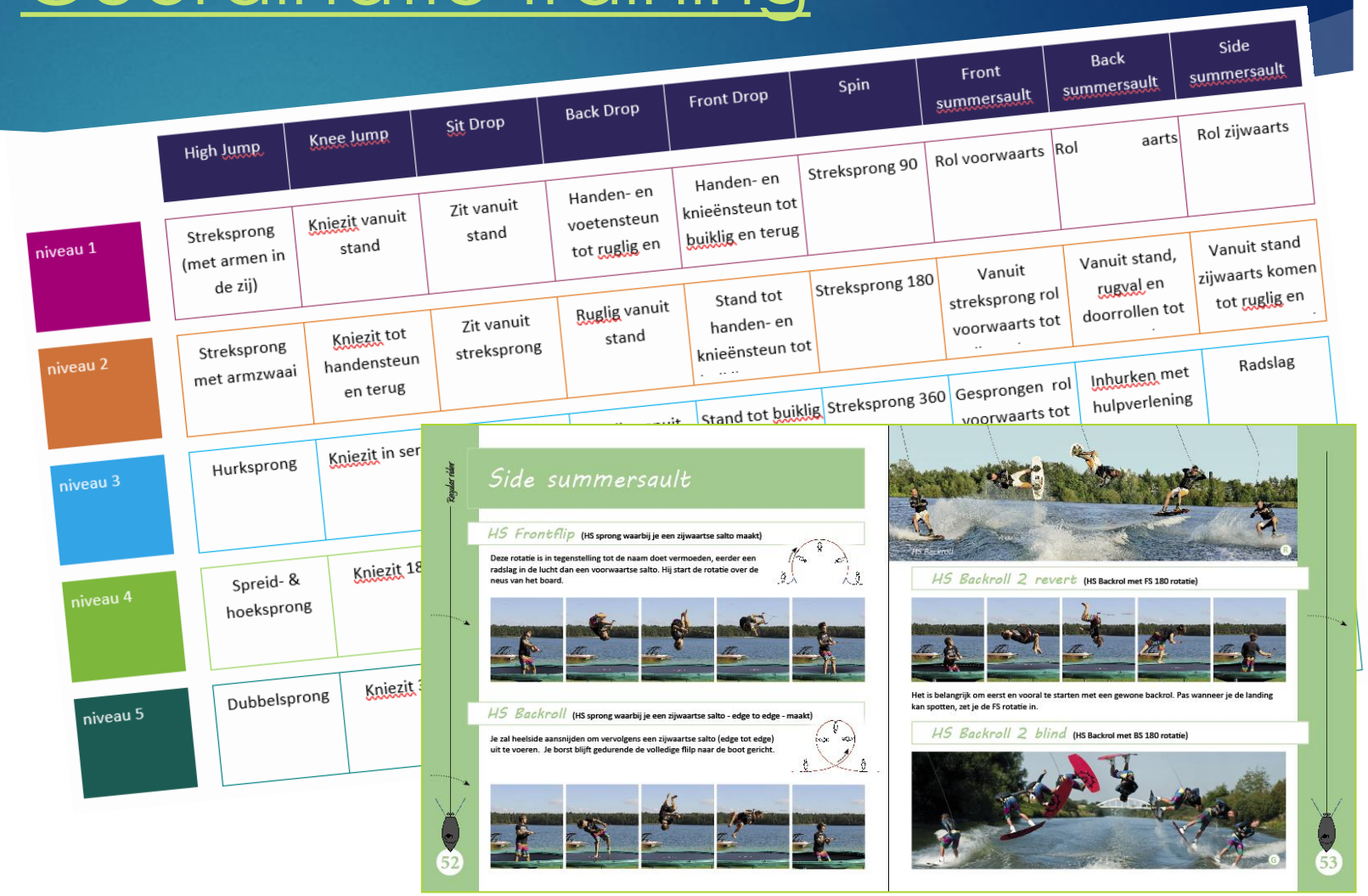
Basisprincipes

WATERSKI & WAKEBOARD VLAANDEREN

Get Fit 2 Ski – Coördinatie training

- Boekjes

- Brevettenboekje



	High Jump	Knee Jump	Sit Drop	Back Drop	Front Drop	Spin	Front summersault	Back summersault	Side summersault
niveau 1	Streksprong (met armen in de zij)	Kniezit vanuit stand	Zit vanuit stand	Handen- en voetensteun tot ruglig en	Handen- en knieënsteun tot buiklig en terug	Streksprong 90	Rol voorwaarts	Rol aarts	Rol zijwaarts
niveau 2	Streksprong met armzwaai	Kniezit tot handensteun en terug	Zit vanuit streksprong	Ruglig vanuit stand	Stand tot handen- en knieënsteun tot	Streksprong 180	Vanuit streksprong rol voorwaarts tot	Vanuit stand, rugval en doorrollen tot	Vanuit stand zijwaarts komen tot ruglig en
niveau 3	Hurksprong	Kniezit in ser			Stand tot buiklig	Streksprong 360	Gesprongen rol voorwaarts tot	Inhurken met hulpverlening	Radslag
niveau 4	Spreid- & hoeksprong	Kniezit 18							
niveau 5	Dubbelsprong	Kniezit 3							

Side summersault

HS Frontflip (HS sprong waarbij je een zijwaartse salto maakt)

Deze rotatie is in tegenstelling tot de naam doet vermoeden, eerder een radslag in de lucht dan een voorwaartse salto. Hij start de rotatie over de neus van het board.

HS Backroll (HS sprong waarbij je een zijwaartse salto - edge to edge - maakt)

Je zal heelside aansnijden om vervolgens een zijwaartse salto (edge tot edge) uit te voeren. Je borst blijft gedurende de volledige flilp naar de boot gericht.

HS Backroll 2 revert (HS Backrol met FS 180 rotatie)

Het is belangrijk om eerst en vooral te starten met een gewone backrol. Pas wanneer je de landing kan spotten, zet je de FS rotatie in.

HS Backroll 2 blind (HS Backrol met BS 180 rotatie)

52

53

Bedankt voor jullie aandacht

ZIJN ER NOG VRAGEN?