

KENNISCENTRUM Kik

WIL JIJ JE ONDERSCHIEDEN EN HOGE KWALITEIT LEVEREN ALS PERSONAL TRAINER?

Dan is de opleiding Certified Personal Trainer de perfecte keuze voor jou. Je wordt namelijk opgeleid volgens de hoge kwaliteitseisen van de Amerikaanse non-profit organisatie National Strength & Conditioning Association (NCSA). Deze opleiding is dan ook de perfecte voorbereiding op het internationaal erkende NCSA CPT-examen.



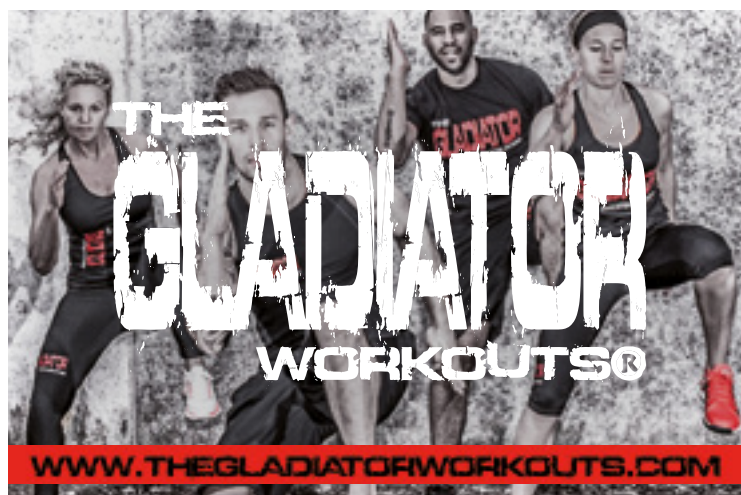
Meer informatie en inschrijving:
www.hva.nl/kik/nascholing

CREATING TOMORROW

B:R:N
WORKOUTS

IT'S TIME TO
BURN CALORIES!

WWW.BRNWORKOUTS.COM



opleidingen 2000

TOT 1 DECEMBER

2 HALEN = 1 BETALEN

- INDOOR CYCLING INSTRUCTOR
- PARAMEDISCHE MODULEN
- PREDIABETES & OBESITAS
- BOOTCAMP INSTRUCTOR
- FUNCTIONAL TRAINER
- SENIORENSPORT

ACTIECODE BODY2=1

Fit!vak WWW.OPLEIDINGEN2000.NL 
specialist in sportopleidingen

EFAA. i.s.m. **co-eur**



**Overgewicht
Preventie Netwerk**



informatie? mail naar info@efaa.nl



Personal Trainer worden?

Schrijf je nu in voor het meest uitgebreide Personal Trainer Pro Pakket!
Kijk snel op: www.start2move.nl/pakketten

START2MOVE
opleidingen trainingen Amersfoort | Amsterdam | Arnhem | Den Haag | Groningen | Leeuwarden | Tilburg | Zwolle

Opleidingen en trainingen

Ook in de komende periode starten er weer veel opleidingen. En dat is wel een bewijs dat de branche volop in beweging is. Want des te meer trainers en begeleiders (aanvullende) cursussen en opleidingen volgen, des te hoger het algemene niveau van de sector. Kies de opleiding die bij u of uw personeel past en doe er uw voordeel mee. Een beter opgeleide begeleider is immers een duidelijke meerwaarde voor elke klant!

Innovation workshop: NATURAL MOVEMENT

Tijdens deze 4 uur durende workshop krijg je inzicht en praktische tools waarmee je een frisse wind over je trainingen kunt laten waaien.

Voor hardlopen tot deadliften.

€65,- 31 oktober 2015 - SnowWorld Healthcentre, Zoetermeer.

CYCLE INSTRUCTOR

Een professionele indoorcycle les ontwerpen doe je niet zomaar. Wel na deze 2 dagen intensieve training!

€ 175,- 23 + 30 januari 2016 - Den Haag.

NIEUW!! CROSSCHALLENGE

Haltertraining, gymnastics, mobility, gewicht-heffen, kettlebelltraining, workout-design.

€249,- incl. marketingpakket en jaarmembership CC WORKOUTPROGRAM - 8 + 29 november - Den Haag.

THE GLADIATOR WORKOUTS® KIDS

Het succesvolle TGW trainings systeem heeft een uitgebreid programma voor de jeugd.

De focus ligt zowel op bewegen als op leermomenten op het gebied van voeding.

€ 175,- 21 november 2015 - Den Haag.

COOL RUNNING

Hardloopleiding van klassiek tot modern. Voor startende en gevorderde (sport)instructeurs. Een unieke kijk op running en het succesvol implementeren ervan als trainer of club.

€195,- 21 november + 12 december - SnowWorld Healthcentre, Zoetermeer.

Incl. marketingpakket.

KICKBOKSEN VOOR PT

In deze workshop leer je o.a. professioneel omgaan met kickbags en pads.

Speciaal voor personal trainers.

€65,- 21 november - Zoetermeer

THE GLADIATOR WORKOUTS® UPDATE workshop - editie #1

Inhoud: MAXIMUS FIGHT WORKOUT, DROPSET WORKOUT, GLADIATOR TABATA WORKOUT

€39,50 29 november 10.00 - 13.00 uur - Den Haag

THE GLADIATOR WORKOUTS® certification

Dit uitermate succesvolle trainingssysteem heeft vele volgers en is overal en op iedereen toe te passen.

€ 199,- 12 december 2015 - Den Haag.

010-3070020

www.trainthetrainers.nl



OPLEIDING XCORE®

2- daagse Basis opleiding XCORE® certified instructor, op vrijdag 8 en 15 januari 2016 in Zoetermeer (11.30-17.30).

Het XCORE® groepsfitness licentieprogramma is een unieke core workout! Tijdens de XCORE® workout doe je talloze oefeningen met de XCO-Trainer®

Je traint optimaal je core, conditie, spieren en bindweefsel; meer informatie? Meer informatie? check www.XCOREworkout.com



OPLEIDING BRN®

2 - daagse Basis opleiding BRN® certified instructor, op zaterdag 31 oktober en 6 november in Zoetermeer (12.30-18.00).

Het BRN® groepsfitness licentieprogramma is een effectieve en motiverende 'shape' les. Een combinatie van conditietraining en spierversterkende oefeningen waarbij de choreografie je blijft inspireren. Tijdens deze workout maak je gebruik van de XCO-Trainer® set voor een 33% hoger calorie verbranding! Meer informatie? check www.BRNworkouts.com



OPLEIDING XCO OUTDOOR®

Zaterdag 31 oktober van 9.30-17.00 uur in Voorburg.

Bij XCO Outdoor maak je gebruik van de XCO-trainer® set. De cursusdag is een combinatie van theorie en praktijk. Bovendien ontvang je een handout, DVD en certificaat. Als XCO Outdoor instructeur ben je na de opleiding in staat PT trainingen te verzorgen en loopsessies uit te voeren en te begeleiden. Meer informatie? check www.xco.nl



**FIT!VAK FITNESSSTRAINER-A
(FITNED LEVEL 3) – COMPLEET**

Zaterdag 13 februari Delft, Groningen, Nieuwegein,
Zwolle

Zondag 14 februari Amsterdam, Nieuwegein, Nijmegen

Maandag 15 februari, Breda

Vrijdag 19 februari, Maastricht, Tilburg, Veldhoven

**FIT!VAK FITNESSSTRAINER-A
(FITNED LEVEL 3) – SPOED 6 DAGEN**

Zondag 21 februari, Amsterdam

Maandag 29 februari, Breda

Vrijdag 4 maart, Maastricht, Tilburg, Veldhoven

Zondag 6 maart, Nieuwegein, Nijmegen

Zaterdag 12 maart Delft, Groningen, Nieuwegein, Zwolle

**FIT!VAK FITNESSSTRAINER-A
(FITNED LEVEL 3) – SPOED 3 DAGEN**

Vrijdag 4 december Maastricht, Tilburg, Veldhoven

Maandag 7 december, Breda

Zaterdag 12 december Delft, Groningen,

Nieuwegein, Zwolle

Zondag 13 december Amsterdam,

Nieuwegein, Nijmegen

**FIT!VAK FITNESSSTRAINER-A
(FITNED LEVEL 3)- AVONDOPLEIDING**

Donderdag 17 maart, Nieuwegein

**VOEDINGSSPECIALIST BGN
GEWICHTSCONSULENT**

Zaterdag 19 maart, Amsterdam, Breda,

Nieuwegein, Tilburg

Zondag 20 maart, Zwolle

**FIT!VAK ALLROUND GROEPSLESDOCENT –
COMPLEET (FITNED LEVEL 3)**

Zaterdag 13 februari, Nieuwegein

**FIT!VAK FITNESSSTRAINER-B -
PERSONAL TRAINER (FITNED LEVEL 4)**

Zondag 15 november Nieuwegein, Zwolle

Zondag 14 februari, Amsterdam, Nieuwegein

Donderdag 18 februari, Breda

Zaterdag 20 februari, Zwolle

**FIT!VAK ALLROUND GROEPSLESDOCENT –
PRAKTIJK (FITNED LEVEL 3)**

Zaterdag 13 februari, Nieuwegein

**FIT!VAK (PRE)DIABETES & OBESITAS
(FITNED LEVEL 4+)**

Dinsdag 3 november, Nieuwegein

Zaterdag 12 maart, Nieuwegein

BEWEEGCONSULENT

Donderdag 5 november, Nieuwegein

Dinsdag 22 maart, Amsterdam, Breda

**BOOTCAMP INSTRUCTOR
(BODY•LIFE ACTIE*)**

Zaterdag 12 maart, Nieuwegein

**PARAMEDISCH FITNESSSTRAINER
(BODY•LIFE ACTIE*)**

Zaterdag 7 november, Nieuwegein (Rug)

Zaterdag 23 januari, Nieuwegein (Knie)

Zaterdag 19 maart, Nieuwegein (Schouder)

**INDOOR CYCLING INSTRUCTOR
(BODY•LIFE ACTIE*)**

Zondag 1 november, Nieuwegein

Zaterdag 12 maart, Nieuwegein

KIND & VOEDING BGN SPECIALISATIE

Donderdag 15 april, Nieuwegein

**SPORT, VOEDING & SUPPLEMENTEN BGN
SPECIALISATIE**

Zaterdag 9 april 2016, Breda, Nieuwegein

**BEWEGINGSDESKUNDIGE SENIORENSPORT
(BODY•LIFE ACTIE*)**

Dinsdag 29 maart, Nieuwegein

**FUNCTIONAL TRAINER
(BODY•LIFE ACTIE*)**

Zondag 22 november, Nieuwegein

EHBO MEDIC FIRST AID

Zondag 13 maart 2016, Nieuwegein

*** ACTIE VOOR SPORTSCHOLEN.**

Actie geldig tot 1 december 2015.

2 halen = 1 betalen.

Alle combinaties toegestaan.

Bij verschillende prijzen is de goedkoopste gratis.

Gebruik bij online inschrijven de actiecode BODY2=1.

**FIT!VAK FITNESSSTRAINER A**

Vrijdag 15 januari, Zwolle

Vrijdag 22 januari, Groningen

Zaterdag 23 januari, Amersfoort

Zondag 24 januari, Arnhem

Zondag 31 januari, Den Haag

FIT!VAK FITNESSSTRAINER A (SPOED)

Vrijdag 15 januari, Zwolle

Vrijdag 22 januari, Groningen

Zaterdag 23 januari, Amersfoort

Zondag 24 januari, Arnhem

Zondag 31 januari, Den Haag

CONDITIETRAINER TOPSPORT

Zaterdag 21 november, Zwolle

Zaterdag 23 januari, Rotterdam

PARAMEDISCH FITNESSSTRAINER

Vrijdag 13 november, Amsterdam

KIND EN VOEDING

Zaterdag 28 november, Amersfoort

PERIODISERING VOETBAL

Zaterdag 7 november, Zwolle

BOOTCAMP TRAINER 2.0

Zondag 8 november, Zwolle

SPORT & VOEDING

Zondag 3 januari, Amsterdam

TESTEN & METEN VAN VOETBALLERS

Woensdag 6 januari, Zwolle

CONDITIETRAINER VOETBAL

Vrijdag 15 januari, Amsterdam

PERSONAL PILATES

Zaterdag 16 januari, Zwolle

PERSONAL TRAINER BUSINESS

Zaterdag 23 januari, Amersfoort

PILATES VOOR PERSONAL TRAINERS

Zondag 15 november, Zwolle

**OBESITAS, EETVERSLAVING EN
GEDRAGSVERANDERING**

Zaterdag 16 januari, Amsterdam

PAKKET PERSONAL TRAINER BASIS

Diverse startdata en -locaties

PAKKET PERSONAL TRAINER BASIS+

Diverse startdata en -locaties

PAKKET PERSONAL TRAINER PRO

Diverse startdata en -locaties

Het meest uitgebreide en complete pakket is geschikt voor de ambitieuze cursist die als erkend Personal Trainer zelfstandig aan de slag wil met diverse doelgroepen zoals mensen met overgewicht, sporters en mensen met specifieke klachten en/of wensen.

www.start2move.nl of bel: 088 850 76 48



TOTAAL OPLEIDING FIT!VAK FITNESSTRAINER A / NASM PERSONAL TRAINING

Zaterdag 28 november in Weert
 Zaterdag 5 december in Alphen aan den Rijn
 Zondag 7 februari in Alphen aan den Rijn
 Zaterdag 12 maart in Alphen aan den Rijn
 Zaterdag 26 maart in Weert

FIT!VAK FITNESSTRAINER A OPLEIDING

Zaterdag 28 november in Weert
 Zaterdag 5 december in Alphen aan den Rijn
 Zondag 7 februari in Alphen aan den Rijn
 Zaterdag 12 maart in Alphen aan den Rijn
 Zaterdag 26 maart in Weert

NASM PT OPLEIDING

Zondag 1 november in Alphen aan den Rijn
 Zaterdag 6 februari in Alphen aan den Rijn
 Zondag 21 februari in Apeldoorn
 Donderdag 3 maart in Barendrecht
 Zaterdag 19 maart in Weert

VERKORTE NASM PT OPLEIDING

Zaterdag 6 februari in Alphen aan den Rijn
 Zondag 21 februari in Apeldoorn
 Zaterdag 19 maart in Weert

FUNCTIONELE HOUDING SPECIALIST

Start 24 oktober in Alphen aan den Rijn

FIT!VAK FITNESSTRAINER B OPLEIDING

Start januari 2016

RUNNING INSTRUCTOR OPLEIDING

Start 1 april 2016 in Amerongen

TRAINEN EN HARTSLAG

Start in januari 2016 in Amerongen

MOTIVEREN VAN LEDEN MET MOTIVATIONAL INTERVIEWING

Start 18 november in Heerenveen
 Start 19 november in Eindhoven
 Start 26 november in Bunnik
 Start 20 januari in Eindhoven
 Start 4 februari in Oud Zuilen
 Start 31 maart in Eindhoven

OVERGEWICHT PREVENTIE COACH OPLEIDING

Start 16 januari 2016 in Nieuwegein

HARDLOPEN EN TECHNIEK

Start in januari 2016 in Amerongen

CORE CONDITIONING TRAINER

Start in 18 maart in Weert

PERSOONLIJKE HARDLOOPSCHAMA'S

Start in januari 2016 in Amerongen

OEFEENVORMEN VOOR ALLE LOOPNIVEAUS

Start in januari 2016 in Amerongen

EFAA. T 0495-533229

E info@efaa.nl W www.efaa.nl

EFAA.
opleidingen

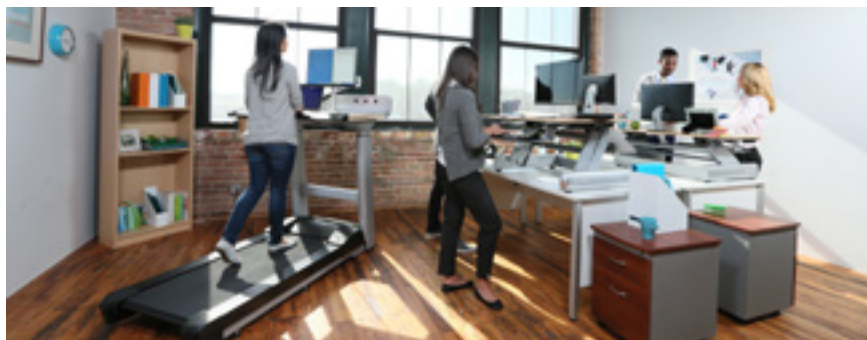
FITNESS
4daagse.
DAG JEZELF UIT

**De Nationale Fitness4daagse slaat aan!**

Van 20 t/m 26 september was de eerste Nationale Fitness4daagse. "Er deden deze eerste editie 77 clubs mee waarmee wij erg blij waren", aldus voorzitter Anika Kuiper van Stichting LetsDo. "De clubs die er veel aan hadden gedaan hadden ook veel deelnemers. Sommige clubs hadden over de 100

deelnemers! In 2020 willen wij echt een begrip bij alle burgers zijn, dus voor ons ook nog genoeg uitdaging! Onze missie voor 2016 is om met alle brancheorganisaties om de tafel te gaan en met elkaar voor 1 goed doel uit te komen. Dus moet je voorstellen dat we de tweede editie met alle clubs en deelnemers voor 1 goed doel gaan sporten. Dat zou super zijn! We hopen zo met de hele branche meer aandacht te krijgen in de landelijke media, maar nog belangrijker; laten zien hoe leuk bewegen in de sportclub kan zijn!"

Fitness4daagse is genomineerd voor de body.LIFE Innovatie Award. Via award.bodylifebenelux.nl kunt u uw stem uitbrengen op uw favoriet!

**Life Fitness zorgt met InMovement voor meer beweging op de werkplek**

Meer beweging in je werkdag brengen, het zou voor velen van ons goed zijn. Life Fitness maakt het nu met haar nieuwe bedrijf InMovement niet alleen leuk, maar ook makkelijk! De fabrikant van hoogwaardige fitnessapparatuur gaat met het InMovement-concept de strijd aan met de moderne 'ziekte' - veel te lang stil zitten.

"Je dagelijkse werkritme zou een gezonde levensstijl niet in de weg moeten staan", opent Herman Stam, Inmovement Manager EMEA, het gesprek. "Wij geloven dat een aantrekkelijke en gezonde werkplek gecombineerd kan worden en innoveren om dit mogelijk te maken."

Er is steeds meer bewustwording en onderzoek naar de gezondheidsrisico's van langdurig en veelvuldig zitten. "Gelukkig zijn er al veel mensen meer gaan bewegen in de avonduren, maar het zou ideaal zijn als je de twee elementen bureauwerk en bewegen gewoon kunt combineren. Dat is wat we met InMovement realiseren", glimlacht Stam. Een InMovement oplossing is bijvoorbeeld de TreadMill Desk, waarbij een loopband en een bureau zijn gecombineerd. Andere producten zijn de 'Sit to Stand' -oplossingen waarbij je gebruikmakend van je huidige bureau zittend werken kunt afwisselen met staand werken.

Meer informatie over InMovement. Kijk op www.inmovement.com of mail naar marketing.benelux@lifefitness.com

