

**FIT IN
OOST!**



Ben jij onze (nieuwe) buurtsportleider?

Kom je kennis en vaardigheden trainen tijdens de workshop buurtsportleider.

Workshop buurtsportleider volwassenen en senioren

In de workshop leer je praktische lesgeefvaardigheden om volwassenen en senioren op hun eigen niveau te begeleiden tijdens beweeg- en sportactiviteiten. Deze activiteiten vinden plaats in gymzalen, in het park of op pleinen in de buurt.



leefstijlnetwerk

Opzet

De workshop bestaat uit drie groepsbijeenkomsten met daarin een kennismaking voor de beginnende sportleider.

Wat leert de beginnende buurtsportleider?

- Ontdekken wat er nodig is om zelf beweeg- en sportactiviteiten te begeleiden
- Veilige beweeg- en sportsituaties creëren
- Welke beweegvormen je kunt gebruiken voor de doelgroep
- De opbouw en inhoud van een les

Wat kost het?

- Aan deelname zijn geen kosten verbonden
- Als tegenprestatie ben je na deelname aan de workshop 10 uur inzetbaar voor activiteiten of evenementen in de buurt (Oost)

Wij zoeken mensen die:

- Affiniteit hebben met lesgeven aan volwassenen en senioren
- Gemotiveerd zijn om als buurtsportleider ingezet te worden

Voorwaarden voor deelname

- Je woont in stadsdeel Oost
- Je bent minimaal 16 jaar
- Je bent alle bijeenkomsten aanwezig



De workshop vindt in november en december 2023 plaats in Amsterdam Oost en bestaat uit de volgende onderdelen:

- **Een informatiebijeenkomst**
Wanneer: Dinsdag 17 oktober
Tijd: 19:00 – 20:00u
Locatie: Stadsloket Oost, Oranje-Vrijstaatplein 2
- **Drie groepsbijeenkomsten**
Wanneer: Zaterdag 4 en 18 november, 2 december
Tijd: 09:30 – 12:30u
Locatie: Indische Buurt School, Balistraat 79
- **Ondersteunen van sportevenement**
- **Een certificaatuitreiking**

*Onder voorbehoud van wijzigingen.

Meer informatie en aanmelden

Marleen van den Heuvel

M 06 – 30 16 11 99

E info@fitinoost.nl

Breng jezelf en de buurt in beweging!



Leefstijlnetwerk Amsterdam Oost



leefstijlnetwerk