



# Taekwondo

## Oude Luttikhuis

### **Trainersopleiding Anna Reefman**

Anna Reefman is in seizoen 2016-2017 namens TKD Oude Luttikhuis gestart met de trainersopleiding niveau 2 die door de Taekwondobond Nederland wordt verzorgd. Er zijn 25 tot 30 deelnemers die gestart zijn om de trainersopleiding te volgen. De deelnemers komen van diverse taekwondo verenigingen uit heel Nederland. Anna heeft de opleiding afgerond en heeft het diploma behaald.

De opleiding bestaat uit twee onderdelen, namelijk een theorie- en praktijkgedeelte. Door middel van centrale colleges te Zetten is de theorie behandeld door diverse docenten met een taekwondo achtergrond. Belangrijke thema's die tijdens de theorie aan bod kwamen zijn: voeding, groepssamenstelling en blessures.

Voor het praktijkgedeelte kregen de deelnemers een praktijkbegeleider van de Taekwondobond Nederland aangewezen. Deze begeleider is het eerste aanspreekpunt voor vragen en/of onduidelijkheden met betrekking tot de opdrachten. Om het praktijkgedeelte succesvol af te ronden moeten drie (3) Proeve van Bekwaamheden met een voldoende beoordeeld worden. De Proeve van Bekwaamheden (hierna PvB) bestaan uit:

1. Het geven van trainingen
2. Begeleiden bij wedstrijden
3. Assisteren bij activiteiten

De PvB bestaan uit diverse opdrachten. Voorafgaand aan elke opdracht dient de deelnemer de werkstappen te overleggen met de hoofdtrainer. Na afloop van de opdracht moet er een zelfreflectie plaatsvinden en wordt feedback door de hoofdtrainer gegeven.

Anna heeft alle PvB afgerond en een schriftelijk rapport ingeleverd bij de examencommissie. De examencommissie heeft het rapport van Anna met een voldoende beoordeeld en hiermee is het diploma behaald.



Taekwondo Oude Luttkhuis geeft les in:

Almelo, Hengelo, Lochem, Vroomshoop en Zwolle

Kijk voor informatie op: [www.tkdoudeluttkhuis.com](http://www.tkdoudeluttkhuis.com)