

BEROEPSKWALIFICATIEDOSSIER

Groepsfitnessbegeleider

//////////////////////////////////////
BK-0217-4

1. Globaal

1.1 TITEL

Groepsfitnessbegeleider

De titel wordt gebruikt in de Competent-fiche G120401 'Begeleider Sportactiviteiten (m/v)'

1.2 DEFINITIE

“De groepsfitnessbegeleider begeleidt een groep fitnessbeoefenaars bij het correct uitvoeren van bewegingsoefeningen op het tempo van de muziek, al dan niet gebruik makend van klein materiaal , uitgeoefend in een zaal of in het water, zodat de fitnessbeoefenaar correct en veilig beweegt en zijn doelstellingen kan bereiken. ”

1.3 EXTRA INFORMATIE

De groepsfitnessbegeleider begeleidt een groep fitnessbeoefenaars waarbij conditie en spierversterkende oefeningen, al dan niet gebruik makend van klein materiaal, worden gedaan ondersteund door -of op het ritme van muziek.

Vormen van groepsfitness zijn bijvoorbeeld : high intensity aerobic, stepaerobics, bootcamp, BBB, body shape, indoor cycling, latin-aerobics, yoga,...
Sommige groepslessen zijn Licentie gebonden bijvoorbeeld: u-bound, club battle, zumba, spinning,

Groepsfitness kan ook in het water gebeuren en wordt dan aquafitness genoemd: hieronder vallen alle activiteiten in het water en op muziek met als doel de fitheid te verbeteren en te onderhouden met betrekking tot de conditieverbetering van sporters, snellere revalidatie bij herstel van blessures en verhogen van spierkracht en lenigheid.

Vormen van aquafitness zijn : aquajogging, aquagym, aquarobics, aquadance, aquastep, aquaball, aquaspinning,

1.4 SECTOREN

- Diensten aan ondernemingen en personen (PC314 Kappersbedrijf en schoonheidszorgen)

1.5 BETROKKEN (ARBEIDSMARKT)ACTOREN

Hoofdindieners

Belgische Beroepsvereniging voor de Fitness & Wellness industrie (BBF&W) v.z.w.

Mede-indieners

VDAB-Studiedienst

1.6 REFERENTIEKADER

Gehanteerde referentiekaders

- Competent-fiche (SERV): G120401 Begeleider sportactiviteiten (m/v), 8 december 2011
- Beroeps(competentie)profiel: Beroepencluster Fitnessbegeleider, Groepsfitnessbegeleider, Personal Trainer, Clubmanager, Fitnessuitbater, SERV (september 2005), 2 september 2005
- Andere: Standaard. Ervaringsbewijs, groepsfitnessbegeleider (m/v), SERV (12 maart 2008), 12 maart 2008
- Buitenlands profiel: 2011 EHFA Standards Group Fitness Instructor, EHFA, (2011)
- Buitenlands profiel: Standards & guidelines AEA (Aquatic Exercise Association)

Relatie tot het referentiekader

Aan de basis van dit dossier ligt de Competent-fiche G120401 Begeleider van sportactiviteiten (m/v). Voor de praktische uitwerking van het dossier werd er uitgegaan van de beroepskwalificatie van Personal trainer : alle vergelijkbare competenties werden aangestipt en vervolgens in detail bestudeerd om na te gaan welke activiteiten en onderliggende vaardigheden van toepassing zijn op de groepsfitnessbegeleider. De overige werden uit het activiteitenblok geschrapt. Tenslotte werd er afgetoetst welke kenniselementen van toepassing zijn op de groepsfitnessbegeleider en in welk mate hij over deze kennis moet beschikken.

Uit de Beroepskwalificatie van Personal trainer werd activiteitenblok 13 “Stuurt eventueel de fitnessbegeleiders aan (Id.18000-c)” niet overgenomen omdat deze competentie en onderliggende activiteiten niet van toepassing zijn op de groepsfitnessbegeleider.

In het BKD van groepsfitnessbegeleider werden nog 2 activiteitenblokken toegevoegd die geïnspireerd zijn op het BKD van Administratief medewerker (m/v) : “Onthaalt klanten/sporters” en

“Informeert en begeleidt de klanten/sporters”. De activiteitenblokken werden aangepast aan de typische werksituatie van de groepsfitnessbegeleider door de betrokken arbeidsmarktactoren.

Een laatste activiteitenblok werd toegevoegd door de arbeidsmarktactoren : Beheerst de bewegingsactiviteiten gerelateerd aan aquafitness en geeft groepslessen. De groepsfitnessbegeleider geeft immers ook aquatraining aan bepaalde doelgroepen.

2. Competenties

2.1 OPSOMMING COMPETENTIES

Activiteiten	Vaardigheden			Kenniselementen per activiteitenblok
	Cognitieve	Probleemoplossende	Motorische	
1. Bereidt de eigen werkzaamheden voor				
<ul style="list-style-type: none"> • Vult een oefenprogramma in op basis van de visie en het aanbod van de fitnessclub/van het project 	✓			<ul style="list-style-type: none"> • Basiskennis van vergadertechnieken • Kennis van de organisatie van sport- en bewegingsactiviteiten • Kennis van sportaccommodaties, -materialen en middelen•
<ul style="list-style-type: none"> • Bereidt een intern overleg voor 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Neemt deel aan het werkoverleg 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Plant de eigen werkzaamheden 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Heeft oog voor randvoorwaarden (materiaal, toegankelijkheid personen met een handicap,) 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Bespreekt de uitvoering van de opdrachten met alle betrokkenen 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Rapporteert, indien nodig, aan de verantwoordelijke 		✓		
2. Werkt met oog voor veiligheid, kwaliteit en hygiëne				
<ul style="list-style-type: none"> • Past de kwaliteitsnormen van het bedrijf toe 	✓			<ul style="list-style-type: none"> • Kennis van kwaliteitsnormen • Kennis van veilig gebruik van materiaal • Kennis van veilig bewegen • Kennis van ongevallenpreventie
<ul style="list-style-type: none"> • Controleert het naleven van de veiligheidsregels, -aanwijzingen en hygiëne 	✓			

Activiteiten	Vaardigheden			Kenniselementen per activiteitenblok
	Cognitieve	Probleemoplossende	Motorische	
<ul style="list-style-type: none"> Controleert de beveiliging van de locatie 	✓			<ul style="list-style-type: none"> Kennis van veiligheidsregels en toegankelijkheidsvoorschriften van publieke toegankelijke ruimten Kennis van veiligheidsregels voor goederen en personen Kennis van de vigerende wetgeving en richtlijnen met betrekking tot hygiëne, veiligheid en ergonomisch werken
<ul style="list-style-type: none"> Vermijdt gevaarlijke situaties, risico's en potentieel gevaarlijke oefeningen 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Zorgt ervoor dat de beoefenaar zijn oefeningen veilig en hygiënisch kan uitoefenen 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Zorgt dat de beoefenaar in een aangename omgeving kan bewegen 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Zorgt voor aangepast geluidsniveau (muziek, ...) 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Zorgt voor aangepaste temperatuur en voldoende ventilatie 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Functioneert kwalitatief en efficiënt, ook op piekmomenten 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Houdt toezicht op het naleven van het huishoudelijk reglement 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Meldt bijzonderheden aan de personal trainer of de verantwoordelijke 		✓		
3. Past EHBO en BLS toe				
<ul style="list-style-type: none"> Reageert efficiënt wanneer een beoefenaar of een andere betrokkene letsel oploopt of onwel wordt 		✓		<ul style="list-style-type: none"> Kennis van EHBO en BLS-technieken
<ul style="list-style-type: none"> Maakt contact met de betrokkene (indien mogelijk) 		✓		
<ul style="list-style-type: none"> Informeert naar klachten/symptomen 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Onderzoekt de betrokkene en beslist wat hij moet doen 		✓		
<ul style="list-style-type: none"> Voert BLS (basic life support) met en zonder AED (automatische externe defibrillator) uit 			✓	
<ul style="list-style-type: none"> Houdt zich aan de voorgeschreven procedures 	✓			

Activiteiten	Vaardigheden			Kenniselementen per activiteitenblok
	Cognitieve	Probleemoplossende	Motorische	
<ul style="list-style-type: none"> Schakelt (eventueel) hulp in 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Meldt het voorval aan de verantwoordelijke (indien van toepassing) 		✓		
4. Kijkt het sportmateriaal en -uitrusting na				
<ul style="list-style-type: none"> Ziet er op toe dat de beoefenaar(s) het materiaal opgeruimd en netjes achterlaten 	✓			<ul style="list-style-type: none"> Kennis van sportaccommodaties, -materialen en middelen Kennis van toestellen en materialen aangepast aan het aanbod en de visie van de fitnessclub (cardiotraining, krachttraining, coördinatie, evenwicht, lenigheidstraining en core stability training, ...)
<ul style="list-style-type: none"> Meldt de nood aan onderhoud of vervanging van materiaal en accommodatie 	✓			
5. Informeert over het fitnessaanbod en de organisatie van de sessies				
<ul style="list-style-type: none"> Gaat na of het een bestaande klant is of een prospect 	✓			<ul style="list-style-type: none"> Basiskennis van gezonde voeding Basiskennis van de relatie tussen beweging en gezondheid in functie van gezond bewegen Basiskennis van gedragsverandering en relatie beweging-gezondheid Basiskennis van verschillende doelgroepen Basiskennis van communicatietechnieken (schriftelijk en mondeling) Kennis van medisch en ethisch verantwoord sporten Kennis van ethische code
<ul style="list-style-type: none"> Inventariseert de informatiebehoefte 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Informeert de klant over het clubaanbod 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Geeft informatie over de praktische organisatie binnen de fitnessclub 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Geeft een rondleiding indien nodig 			✓	
<ul style="list-style-type: none"> Motiveert tot deelname aan sport- en bewegingsactiviteiten 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Geeft voorlichting over fitheid, gezondheid en de relatie met regelmatig bewegen 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Onderhoudt contact met de beoefenaar 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Onderhoudt contact met andere begeleiders 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Houdt zich aan en informeert over de richtlijnen van het ethisch en medisch verantwoord sporten 	✓			
6. Onthaalt beoefenaars				

Activiteiten	Vaardigheden			Kenniselementen per activiteitenblok
	Cognitieve	Probleemoplossende	Motorische	
<ul style="list-style-type: none"> • Ontvangt beoefenaars op een persoonlijke manier volgens de regels van klantvriendelijkheid 	✓			<ul style="list-style-type: none"> • Basiskennis klantenonthaal • Basiskennis klantgericht telefoneren • Basiskennis van informatietechnologie conform het ECDL (European Computer Driving Licence, waarbij de basiskennis van het PC-gebruik aanwezig is en dit omvat volgende 7 onderdelen: computer essentials, tekstverwerking, spreadsheet, databases gebruiken, presentaties maken, online essentials, digitale veiligheid)
<ul style="list-style-type: none"> • Registreert beoefenaars (controleren toegangsbewijs, inschrijving uitvoeren, aan- en afwezigheden registreren, ...) 			✓	
<ul style="list-style-type: none"> • Geeft informatie en beantwoordt vragen 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Bedient de telefoon 			✓	
<ul style="list-style-type: none"> • Neemt berichten aan en zorgt dat de informatie bij de juiste persoon terecht komt 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Legt eventueel afspraken vast met de (nieuwe) beoefenaar 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Verwerkt de afspraak in een (elektronisch) agendasysteem 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Bevraagt beoefenaars spontaan over de mate van tevredenheid en hun eventuele behoeften 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Neemt afscheid van beoefenaars 			✓	
7. Promoot en past communicatieacties over de activiteiten van de fitnessclub of dienstverlening toe				
<ul style="list-style-type: none"> • Gebruikt courante software 	✓			<ul style="list-style-type: none"> • Basiskennis van communicatietechnieken (schriftelijk en mondeling) • Basiskennis van presentatietechnieken • Basiskennis van promotietechnieken • Basiskennis van informatietechnologie conform het ECDL (European Computer Driving Licence, waarbij de basiskennis van het PC-gebruik aanwezig is en dit omvat volgende 7 onderdelen: computer essentials, tekstverwerking, spreadsheet, databases gebruiken, presentaties maken, online essentials, digitale veiligheid)
<ul style="list-style-type: none"> • Voert de meest efficiënte communicatieacties uit 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Draagt bij tot de uitvoering van acties of reclamecampagnes 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Promoot bewegingsactiviteiten binnen het gestandaardiseerd aanbod van de fitnessclub 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Maakt reclame voor activiteiten voor regelmatig bewegen 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Past taalgebruik en boodschap aan de doelgroep aan 	✓			

Activiteiten	Vaardigheden			Kenniselementen per activiteitenblok
	Cognitieve	Probleemoplossende	Motorische	
				presentaties maken, online essentials, digitale veiligheid)
8. Bepaalt het beginniveau en de doelstellingen van de beoefenaar(s) op gestandaardiseerde wijze en verwijst door naar de geschikte groepsles				
• Peilt naar de persoonlijke wensen en fysieke achtergrond	✓			<ul style="list-style-type: none"> • Basiskennis van de psychologie in relatie tot de doelgroep • Basiskennis van fysieke en mentale ontwikkeling van jongeren • Kennis van het afnemen en interpreteren van standaard vragenlijsten • Kennis van het opmaken van een basisprofiel van de beoefenaar • Kennis van medisch en ethisch verantwoord sporten
• Identificeert incentives en obstakels om meer te bewegen	✓			
• Neemt een par-q (physical activity readiness questionnaire) af			✓	
• Verwijst de beoefenaar, indien wenselijk, door naar een personal trainer, medisch of paramedisch begeleider	✓			
• Luistert actief naar alle betrokkenen	✓			
• Behandelt klantinformatie vertrouwelijk	✓			
• Adviseert de beoefenaar(s) bij de keuze voor het type groepsles	✓			
• Informeert de beoefenaar over de intensiteit van de verschillende soorten groepslessen	✓			
9. Stemt de groepsles af op het niveau van de doelgroep				
• Werkt oefeningen uit die bij de mogelijkheden van de groep aansluiten	✓			<ul style="list-style-type: none"> • Basiskennis functionele anatomie • Kennis van trainingsleer • Kennis van begeleidingsmethodieken • Kennis van potentieel gevaarlijke oefeningen • Kennis van verschillende types groepslessen • Kennis van de nieuwe evoluties en trends • Kennis van lesopbouw • Kennis van muziekstructuur/-opbouw • Kennis van muzikaal tempo
• Stelt een les samen volgens de doelstellingen van de groep en analyseert de bewegingen en oefeningen op functionaliteit en veiligheid	✓			
• Ordent de oefeningen in een lesmoment zodanig dat ze op elkaar aansluiten	✓			
• Selecteert en stemt de gepaste materialen af voor de doelgroep en de activiteit	✓			
• Selecteert gepaste muziek voor de doelgroep en de activiteit	✓			

Activiteiten	Vaardigheden			Kenniselementen per activiteitenblok
	Cognitieve	Probleemoplossende	Motorische	
<ul style="list-style-type: none"> Brengt variatie en uitdaging in de lesopbouw 	✓			uitgedrukt in BPM (beats per minute) en de relatie tot beweging
<ul style="list-style-type: none"> Ontwikkelt het coördinatievermogen van de beoefenaar(s) door een geleidelijke opbouw van de oefeningen 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Houdt zich aan de gemaakte afspraken 	✓			
10. Demonstreert bewegingsactiviteiten binnen de groepsfitness				
<ul style="list-style-type: none"> Demonstreert materialen en bewegingsactiviteiten in functie van op courante choreografie gebaseerde groepslessen 			✓	<ul style="list-style-type: none"> Kennis van toestellen en materialen aangepast aan het aanbod en de visie van de fitnessclub (cardiotraining, krachttraining, coördinatie, evenwicht, lenigheidstraining en core stability training, ...) Kennis van muziekstructuur/-opbouw Kennis van muzikaal tempo uitgedrukt in BPM (beats per minute) en de relatie tot beweging
<ul style="list-style-type: none"> Demonstreert materialen en bewegingsactiviteiten in functie van op courante niet-choreografie gebaseerde groepslessen 			✓	
<ul style="list-style-type: none"> Demonstreert materialen en bewegingsactiviteiten in functie van het gebruik van courant klein materiaal en eigen lichaamsgewicht in functie van cardiotraining, krachttraining, coördinatie, evenwicht, lenigheidstraining en core stability training 			✓	
<ul style="list-style-type: none"> Volgt de nieuwe evoluties op en neemt deel aan bijscholingen 	✓			
11. Stelt de groepsles voor				
<ul style="list-style-type: none"> Organiseert ruimtes, hun inrichting en de installatie van materiaal 			✓	<ul style="list-style-type: none"> Basiskennis van fysieke en mentale ontwikkeling van jongeren Kennis van begeleidingsmethodieken Kennis van verschillende types groepslessen Kennis van groepsanimatie Kennis van didactische methodieken Kennis van observatiemethodieken
<ul style="list-style-type: none"> Spreekt door een microfoon 			✓	
<ul style="list-style-type: none"> Geeft instructies om het materiaal af te stemmen op het niveau van de beoefenaar 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> Toont oefeningen vanuit een zichtbare positie en licht ze toe 			✓	
<ul style="list-style-type: none"> Spreekt de groep op een duidelijke manier toe geeft strakke, zichtbare aanwijzingen 			✓	

Activiteiten	Vaardigheden			Kenniselementen per activiteitenblok
	Cognitieve	Probleemoplossende	Motorische	
zodat de beoefenaars een voorbeeld hebben bij bewegen				<ul style="list-style-type: none"> • Kennis van differentiatietechnieken
<ul style="list-style-type: none"> • Werkt met spiegelbeeld 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Geeft visuele en verbale aanwijzingen zodat de beoefenaars in het ritme blijven 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Kondigt transities en het einde van een oefening verbaal en visueel aan 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Zorgt voor warming-up en cooling-down 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Houdt zich aan de lestijden 	✓			
12. Begeleidt de beoefenaars tijdens de groepsles				
<ul style="list-style-type: none"> • Voorziet voldoende warming-up en cooling-down 			✓	<ul style="list-style-type: none"> • Kennis van begeleidingsmethodieken • Kennis van didactische methodieken • Kennis van observatiemethodieken • Kennis van motivatietechnieken • Kennis van conflicthantering
<ul style="list-style-type: none"> • Verdeelt de aandacht over verschillende beoefenaars 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Controleert de beoefenaars op een correcte en veilige uitvoering van de oefeningen 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Past de lesinhoud aan de mogelijkheden van de beoefenaars op het moment van de les aan 		✓		
<ul style="list-style-type: none"> • Geeft indien nodig een aanpassing aan een individuele beoefenaar terwijl de groep bezig blijft 		✓		
<ul style="list-style-type: none"> • Controleert en corrigeert fysiek en/of verbaal de beoefenaar zodat deze de oefeningen correct en veilig uitvoert 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Geeft uitleg over de functionaliteit van de oefening 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Grijpt in bij ongewenst/ongepast gedrag en bij een onveilige/ongewenste situatie 		✓		
13. Motiveert de beoefenaars tijdens de groepsles				

Activiteiten	Vaardigheden			Kenniselementen per activiteitenblok
	Cognitieve	Probleemoplossende	Motorische	
<ul style="list-style-type: none"> • Past stemgebruik aan het moment in de les aan 	✓			<ul style="list-style-type: none"> • Kennis van motivatietechnieken
<ul style="list-style-type: none"> • Prijst de beoefenaars bij het uitvoeren van de oefeningen 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Stuurt de beoefenaars bij het uitvoeren van de oefeningen bij zonder te zeggen dat ze de oefening fout doen 	✓			
<ul style="list-style-type: none"> • Stimuleert de beoefenaars tot volhouden van de oefening 	✓			

2.2 BESCHRIJVING COMPETENTIES ADHV DE DESCRIPTORELEMENTEN

Kennis

- Basiskennis van gezonde voeding
- Basiskennis van de relatie tussen beweging en gezondheid in functie van gezond bewegen
- Basiskennis functionele anatomie
- Basiskennis van gedragsverandering en relatie beweging-gezondheid
- Basiskennis van verschillende doelgroepen
- Basiskennis van de psychologie in relatie tot de doelgroep
- Basiskennis van fysieke en mentale ontwikkeling van jongeren
- Basiskennis van vergadertechnieken
- Basiskennis van communicatietechnieken (schriftelijk en mondeling)
- Basiskennis klantenonthaal
- Basiskennis klantgericht telefoneren
- Basiskennis van presentatietechnieken
- Basiskennis van promotietechnieken
- Basiskennis van informatietechnologie conform het ECDL (European Computer Driving Licence, waarbij de basiskennis van het PC-gebruik aanwezig is en dit omvat volgende 7 onderdelen: computer essentials, tekstverwerking, spreadsheet, databases gebruiken, presentaties maken, online essentials, digitale veiligheid)
- Kennis van de organisatie van sport- en bewegingsactiviteiten
- Kennis van kwaliteitsnormen
- Kennis van het afnemen en interpreteren van standaard vragenlijsten
- Kennis van het opmaken van een basisprofiel van de beoefenaar
- Kennis van medisch en ethisch verantwoord sporten

- Kennis van trainingsleer
- Kennis van begeleidingsmethodieken
- Kennis van potentieel gevaarlijke oefeningen
- Kennis van sportaccommodaties, -materialen en middelen•
- Kennis van toestellen en materialen aangepast aan het aanbod en de visie van de fitnessclub (cardiotraining, krachttraining, coördinatie, evenwicht, lenigheidstraining en core stability training, ...)
- Kennis van verschillende types groepslessen
- Kennis van de nieuwe evoluties en trends
- Kennis van lesopbouw
- Kennis van muziekstructuur/-opbouw
- Kennis van muzikaal tempo uitgedrukt in BPM (beats per minute) en de relatie tot beweging
- Kennis van groepsanimatie
- Kennis van didactische methodieken
- Kennis van observatiemethodieken
- Kennis van begeleidingsmethodieken
- Kennis van differentiatietechnieken
- Kennis van motivatietechnieken
- Kennis van conflicthantering
- Kennis van veilig gebruik van materiaal
- Kennis van veilig bewegen
- Kennis van ongevallenpreventie
- Kennis van veiligheidsregels en toegankelijkheidsvoorschriften van publieke toegankelijke ruimten
- Kennis van veiligheidsregels voor goederen en personen
- Kennis van de vigerende wetgeving en richtlijnen met betrekking tot hygiëne, veiligheid en ergonomisch werken
- Kennis van EHBO en BLS-technieken
- Kennis van medisch en ethisch verantwoord sporten
- Kennis van ethische code

Cognitieve vaardigheden

- Informeert naar klachten/symptomen
- Schakelt (eventueel) hulp in
- Houdt zich aan de voorgeschreven procedures
- Ziet er op toe dat de beoefenaars het materiaal opgeruimd en netjes achterlaten
- Meldt de nood aan onderhoud of vervanging van materiaal en accommodatie
- Gaat na of het een bestaande klant is of een prospect
- Neemt berichten aan en zorgt dat de informatie bij de juiste persoon terecht komt
- Inventariseert de informatiebehoefte
- Informeert de klant over het clubaanbod
- Geeft informatie over de praktische organisatie binnen de fitnessclub
- Motiveert tot deelname aan sport- en bewegingsactiviteiten
- Geeft voorlichting over fitheid, gezondheid en de relatie met regelmatig bewegen
- Onderhoudt contact met de beoefenaar
- Onderhoudt contact met andere begeleiders

- Houdt zich aan en informeert over de richtlijnen van het ethisch en medisch verantwoord sporten
- Ontvangt beoefenaars volgens de regels van klantvriendelijkheid
- Geeft informatie en beantwoordt vragen
- Legt eventueel afspraken vast met de (nieuwe) beoefenaar
- Verwerkt de afspraak in een (elektronisch) agendasyteem
- Bevraagt beoefenaars spontaan over de mate van tevredenheid en hun eventuele behoeften
- Gebruikt courante software
- Voert de meest efficiënte communicatieacties uit
- Draagt bij tot de uitvoering van acties of reclamecampagnes
- Promoot bewegingsactiviteiten binnen het gestandaardiseerd aanbod van de fitnessclub
- Maakt reclame voor activiteiten voor regelmatig bewegen
- Past taalgebruik en boodschap aan de doelgroep aan
- Peilt naar de persoonlijke wensen en fysieke achtergrond
- Identificeert incentives en obstakels om meer te bewegen
- Verwijst de beoefenaar, indien wenselijk, door naar een personal trainer, medisch of paramedisch begeleider
- Luistert actief naar alle betrokkenen
- Behandelt klantinformatie vertrouwelijk
- Adviseert de beoefenaar(s) bij de keuze voor het type groepsles
- Informeert de kandidaat over de intensiteit van de verschillende soorten groepslessen
- Werkt oefeningen uit die bij de mogelijkheden van de groep aansluiten
- Stelt een les samen volgens de doelstellingen van de groep en analyseert de bewegingen en oefeningen op functionaliteit en veiligheid
- Ordent de oefeningen in een lesmoment zodanig dat ze op elkaar aansluiten
- Selecteert en stemt de gepaste materialen af voor de doelgroep en de activiteit
- Selecteert gepaste muziek voor de doelgroep en de activiteit
- Brengt variatie en uitdaging in de lesopbouw
- Ontwikkelt het coördinatievermogen van de beoefenaar(s) door een geleidelijke opbouw van de oefeningen
- Houdt zich aan de gemaakte afspraken
- Volgt de nieuwe evoluties op en neemt deel aan bijscholingen
- Geeft instructies om het materiaal af te stemmen op het niveau van de beoefenaar
- Werkt met spiegelbeeld
- Geeft visuele en verbale aanwijzingen zodat de beoefenaars in het ritme blijven
- Kondigt transities en het einde van een oefening verbaal en visueel aan
- Zorgt voor warming-up en cooling-down
- Houdt zich aan de lestijden
- Verdeelt de aandacht over verschillende deelnemers
- Controleert en corrigeert fysiek en/of verbaal de beoefenaar zodat deze de oefeningen correct en veilig uitvoert
- Geeft uitleg over de functionaliteit van de oefening
- Past stemgebruik aan het moment in de les aan
- Prijst de beoefenaars bij het uitvoeren van de oefeningen
- Stuurt de beoefenaars bij, bij het uitvoeren van de oefeningen zonder te zeggen dat ze de oefening fout doen
- Stimuleert de beoefenaars tot volhouden van de oefening
- Vult een oefenprogramma in op basis van de visie en het aanbod van de fitnessclub/van het project

- Bereidt een intern overleg voor
- Neemt deel aan het werkoverleg
- Plant de eigen werkzaamheden
- Heeft oog voor randvoorwaarden (materiaal, toegankelijkheid personen met een handicap,)
- Bespreekt de uitvoering van de opdrachten met alle betrokkenen
- Past de kwaliteitsnormen van het bedrijf toe
- Controleert het naleven van de veiligheidsregels, -aanwijzingen en hygiëne
- Controleert de beveiliging van de locatie
- Vermijdt gevaarlijke situaties, risico's en potentieel gevaarlijke oefeningen
- Zorgt ervoor dat de beoefenaar zijn oefeningen veilig en hygiënisch kan uitoefenen
- Zorgt dat de beoefenaar in een aangename omgeving kan bewegen
- Zorgt voor aangepast geluidsniveau (muziek, ...)
- Zorgt voor aangepaste temperatuur en voldoende ventilatie
- Functioneert kwalitatief en efficiënt , ook op piekmomenten
- Houdt toezicht op het naleven van het huishoudelijk reglement
- Informeert naar klachten/symptomen
- Houdt zich aan de voorgeschreven procedures
- Schakelt (eventueel) hulp in
- Ziet er op toe dat de beoefenaar(s) het materiaal opgeruimd en netjes achterlaten
- Meldt de nood aan onderhoud of vervanging van materiaal en accommodatie
- Gaat na of het een bestaande klant is of een prospect
- Inventariseert de informatiebehoefte
- Informeert de klant over het clubaanbod
- Geeft informatie over de praktische organisatie binnen de fitnessclub
- Motiveert tot deelname aan sport- en bewegingsactiviteiten
- Geeft voorlichting over fitheid, gezondheid en de relatie met regelmatig bewegen
- Onderhoudt contact met de beoefenaar
- Onderhoudt contact met andere begeleiders
- Houdt zich aan en informeert over de richtlijnen van het ethisch en medisch verantwoord sporten
- Ontvangt beoefenaars op een persoonlijke manier volgens de regels van klantvriendelijkheid
- Geeft informatie en beantwoordt vragen
- Neemt berichten aan en zorgt dat de informatie bij de juiste persoon terecht komt
- Legt eventueel afspraken vast met de (nieuwe) beoefenaar
- Verwerkt de afspraak in een (elektronisch) agendasysteem
- Bevraagt beoefenaars spontaan over de mate van tevredenheid en hun eventuele behoeften
- Gebruikt courante software
- Voert de meest efficiënte communicatieacties uit
- Draagt bij tot de uitvoering van acties of reclamecampagnes
- Promoot bewegingsactiviteiten binnen het gestandaardiseerd aanbod van de fitnessclub
- Maakt reclame voor activiteiten voor regelmatig bewegen
- Past taalgebruik en boodschap aan de doelgroep aan
- Peilt naar de persoonlijke wensen en fysieke achtergrond
- Identificeert incentives en obstakels om meer te bewegen
- Verwijst de beoefenaar, indien wenselijk, door naar een personal trainer, medisch of paramedisch begeleider
- Luistert actief naar alle betrokkenen

- Behandelt klantinformatie vertrouwelijk
- Adviseert de beoefenaar(s) bij de keuze voor het type groepsles
- Informeert de beoefenaar over de intensiteit van de verschillende soorten groepslessen
- Werkt oefeningen uit die bij de mogelijkheden van de groep aansluiten
- Stelt een les samen volgens de doelstellingen van de groep en analyseert de bewegingen en oefeningen op functionaliteit en veiligheid
- Ordent de oefeningen in een lesmoment zodanig dat ze op elkaar aansluiten
- Selecteert en stemt de gepaste materialen af voor de doelgroep en de activiteit
- Selecteert gepaste muziek voor de doelgroep en de activiteit
- Brengt variatie en uitdaging in de lesopbouw
- Ontwikkelt het coördinatievermogen van de beoefenaar(s) door een geleidelijke opbouw van de oefeningen
- Houdt zich aan de gemaakte afspraken
- Volgt de nieuwe evoluties op en neemt deel aan bijscholingen
- Geeft instructies om het materiaal af te stemmen op het niveau van de beoefenaar
- Werkt met spiegelbeeld
- Geeft visuele en verbale aanwijzingen zodat de beoefenaars in het ritme blijven
- Kondigt transities en het einde van een oefening verbaal en visueel aan
- Zorgt voor warming-up en cooling-down
- Houdt zich aan de lestijden
- Verdeelt de aandacht over verschillende beoefenaars
- Controleert de beoefenaars op een correcte en veilige uitvoering van de oefeningen
- Geeft uitleg over de functionaliteit van de oefening
- Prijst de beoefenaars bij het uitvoeren van de oefeningen
- Stuurt de beoefenaars bij het uitvoeren van de oefeningen bij zonder te zeggen dat ze de oefening fout doen
- Stimuleert de beoefenaars tot volhouden van de oefening
- Controleert en corrigeert fysiek en/of verbaal de beoefenaar zodat deze de oefeningen correct en veilig uitvoert
- Past stemgebruik aan het moment in de les aan

Probleemoplossende vaardigheden

- Meldt bijzonderheden aan de personal trainer of de verantwoordelijke
- Reageert efficiënt wanneer een beoefenaar of een andere betrokkene letsel oploopt of onwel wordt
- Maakt contact met de betrokkene (indien mogelijk)
- Onderzoekt de betrokkene en beslist wat hij moet doen
- Past de lesinhoud aan de mogelijkheden van de deelnemers op het moment van de les aan
- Geeft indien nodig een aanpassing aan een individuele beoefenaar terwijl de groep bezig blijft
- Grijpt in bij ongewenst/ongepast gedrag
- Rapporteert, indien nodig, aan de verantwoordelijke
- Meldt bijzonderheden aan de personal trainer of de verantwoordelijke
- Reageert efficiënt wanneer een beoefenaar of een andere betrokkene letsel oploopt of onwel wordt
- Maakt contact met de betrokkene (indien mogelijk)
- Onderzoekt de betrokkene en beslist wat hij moet doen

- Meldt het voorval aan de verantwoordelijke (indien van toepassing)
- Past de lesinhoud aan de mogelijkheden van de beoefenaars op het moment van de les aan
- Geeft indien nodig een aanpassing aan een individuele beoefenaar terwijl de groep bezig blijft
- Grijpt in bij ongewenst/ongepast gedrag en bij een onveilige/ongewenste situatie

Motorische vaardigheden

- Voert BLS (basic life support) met en zonder AED (automatische externe defibrillator) uit
- Geeft een rondleiding indien nodig
- Registreert beoefenaars (controleren toegangsbewijs, inschrijving uitvoeren, aan- en afwezigheden registreren, ...)
- Bedient de telefoon
- Neemt afscheid van beoefenaars
- Neemt een par-q (physical activity readiness questionnaire) af
- Demonstreert materialen en bewegingsactiviteiten in functie van op courante choreografie gebaseerde groepslessen
- Demonstreert materialen en bewegingsactiviteiten in functie van op courante niet-choreografie gebaseerde groepslessen
- Demonstreert materialen en bewegingsactiviteiten in functie van het gebruik van courant klein materiaal en eigen lichaamsgewicht in functie van cardiotraining, krachttraining, coördinatie, evenwicht, lenigheidstraining en core stability training
- Toont oefeningen vanuit een zichtbare positie en licht ze toe
- Spreekt de groep op een duidelijke manier toe geeft strakke, zichtbare aanwijzingen zodat de beoefenaars een voorbeeld hebben bij bewegen
- Organiseert ruimtes, hun inrichting en de installatie van materiaal
- Spreekt door een microfoon
- Voorziet voldoende warming-up en cooling-down
- Voert BLS (basic life support) met en zonder AED (automatische externe defibrillator) uit
- Geeft een rondleiding indien nodig
- Registreert beoefenaars (controleren toegangsbewijs, inschrijving uitvoeren, aan- en afwezigheden registreren, ...)
- Bedient de telefoon
- Neemt afscheid van beoefenaars
- Neemt een par-q (physical activity readiness questionnaire) af
- Demonstreert materialen en bewegingsactiviteiten in functie van op courante choreografie gebaseerde groepslessen
- Demonstreert materialen en bewegingsactiviteiten in functie van op courante niet-choreografie gebaseerde groepslessen
- Demonstreert materialen en bewegingsactiviteiten in functie van het gebruik van courant klein materiaal en eigen lichaamsgewicht in functie van cardiotraining, krachttraining, coördinatie, evenwicht, lenigheidstraining en core stability training
- Organiseert ruimtes, hun inrichting en de installatie van materiaal
- Spreekt door een microfoon
- Toont oefeningen vanuit een zichtbare positie en licht ze toe
- Spreekt de groep op een duidelijke manier toe geeft strakke, zichtbare aanwijzingen zodat de beoefenaars een voorbeeld hebben bij bewegen
- Voorziet voldoende warming-up en cooling-down

Omgevingscontext

- Het beroep wordt uitgeoefend in een dans- en beweegzaal van een fitnesscenter, zwembad, recreatieve ruimte,
- Het beroep wordt uitgeoefend met flexibele werkuren: het kan overdag of 's avonds, tijdens de weekdays, in het weekend
- De groepsfitnessbegeleider komt in contact met potentiële klanten (een breed spectrum van typen klanten met verschillende leeftijden en wijzigende motieven/doelstellingen), met klanten, begeleiders, uitbaters van fitness- en sportaccommodaties
- De groepsfitnessbegeleider moet omgaan met wisselende klantentypes (verschillen qua leeftijd, sociale en culturele achtergrond, waarden, normen, beleving, doelen, ...) en een verscheidenheid aan klein materiaal
- De werkzaamheden worden uitgeoefend in een luidruchtige omgeving
- De beroepsuitoefening vereist omgang met de verschillende verwachtingen van de deelnemers aan de groepslessen
- De beroepsuitoefening vraagt afwisseling in de planning binnen het groepsfitnessaanbod

Handelingscontext

- De groepsfitnessbegeleider draagt aangepaste kledij
- De groepsfitnessbegeleider moet goed observeren en communiceren om de uitvoering van de oefeningen te begeleiden en bij te sturen en de wensen en behoeften van de klanten te achterhalen
- De fitnessbegeleider verzorgt taal, gedrag en houding in contact met de beoefenaars
- De fitnessbegeleider gaat respectvol om met de beoefenaars
- De groepsfitnessbegeleider kan klantgericht handelen en goed samenwerken met betrokkenen en met alle typen klanten
- De groepsfitnessbegeleider werkt resultaatgericht, efficiënt en methodisch
- De fitnessbegeleider beheerst de bewegings- activiteiten binnen de groepsfitness
- De groepsfitnessbegeleider moet permanent aandacht besteden aan veilig werken met hygiënisch materiaal in een veilige omgeving
- De groepsfitnessbegeleider moet tijdschema's en afspraken respecteren en naleven
- De groepsfitnessbegeleider moet vertrouwelijk omgaan met informatie en gegevens van klanten
- De beroepsuitoefening vraagt een voorzichtige omgang met materialen
- De groepsfitnessbegeleider moet trends (bewegingstrends en muziekgenres) in de markt opvolgen
- De beroepsactiviteiten houden veel bewegen en rechtstaan in

Autonomie

Is zelfstandig in

- het plannen en uitvoeren van zijn eigen lesactiviteiten in functie van de aangeboden groepsfitnessstrend binnen het gestandaardiseerd clubaanbod

Is gebonden aan

- de richtlijnen van de fitnessuitbater, de bewegingstrend, het gestandaardiseerd clubaanbod, de fysieke conditie van de deelnemer aan de groepsfitness, de wensen en de doelen van de beoefenaars, de veiligheidsinstructies, de hygiëneregelgeving

Doet beroep op

- de fitnessuitbater voor de opdracht, informatie en advies en bij problemen
- de medewerkers voor het ondersteunen van de activiteiten

Verantwoordelijkheid

- Bereidt de eigen werkzaamheden voor
- Werkt met oog voor veiligheid, kwaliteit en hygiëne
- Past EHBO en BLS toe
- Kijkt het sportmateriaal en -uitrusting na
- Informeert over het fitnessaanbod en de organisatie van de sessies
- Onthaalt beoefenaars
- Promoot en past communicatieacties over de activiteiten van de fitnessclub of dienstverlening toe
- Bepaalt het beginniveau en de doelstellingen van de beoefenaar(s) op gestandaardiseerde wijze en verwijst door naar de geschikte groepsles
- Stemt de groepsles af op het niveau van de doelgroep
- Demonstreert bewegingsactiviteiten binnen de groepsfitness
- Stelt de groepsles voor
- Begeleidt de deelnemers tijdens de groepsles
- Motiveert de beoefenaars tijdens de groepsles

2.3 ATTESTEN EN VOORWAARDEN

Wettelijke attesten en voorwaarden

Er zijn geen (wettelijke) attesten of voorwaarden vereist.

3. Arbeidsmarktrelevantie / maatschappelijke relevantie

3.1 ARBEIDSMARKTRELEVANTIE

Tewerkstelling

Aantal medewerkers

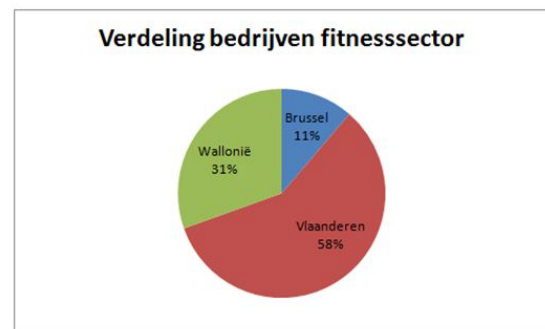
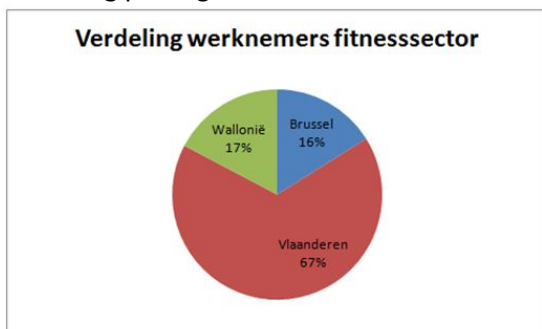
Volgens het databestand van het fonds voor bestaanszekerheid PC314 telt de fitness sector 3143 medewerkers in loondienst, verdeeld over 491 fitnesscentra.

Volgens de studie van Vos en Scheerder in 2009, zou binnen een steekproef van 114 fitnesscentra ongeveer de helft van alle medewerkers onder een zelfstandigenstatuut werken.

Een fitnesscentrum telt gemiddeld 6 medewerkers, inclusief directie en management (30 juni 2008, N = 114) waarvan gemiddeld 2 voltijdse medewerkers en 4 deeltijdse medewerkers. Dit komt neer op een gemiddeld medewerkersaantal van 3,5 FTE's. Hierin zijn echter uitbaters en zelfstandige medewerkers opgenomen.

De centra met een klein klantenbestand hebben gemiddeld 1,9 FTE's in dienst terwijl de centra met een middelgroot en deze met een groot klantenbestand respectievelijk 4,2 en 7,8 FTE's tellen. Fitnesscentra zijn dus overwegend relatief kleine ondernemingen waarvan het medewerkersbestand in belangrijke mate bestaat uit deeltijds tewerkgestelden.

Verdeling per regio



Arbeidsmarktontwikkeling

Binnen de commerciële sportsector (periode 1993-2007) zorgt de fitnesssector voor de sterkste groei in het aantal ingevulde arbeidsplaatsen in Vlaanderen. In totaal genereert de Vlaamse fitnesssector aldus een 3000-tal jobs, oftewel een aandeel van 35 procent in de tewerkstelling binnen de commerciële sportsector en een aandeel van 20 procent in de totale sportarbeidsmarkt in Vlaanderen. Deze aantallen hebben betrekking op zowel fitnesszaakvoerders, zelfstandige fitnessbegeleiders als loontrekkenden in de fitnesssector. Het gaat echter niet noodzakelijk om mensen die deze job als hoofdactiviteit uitoefenen. Met een gemiddelde jaarlijkse groei van bijna twintig procent, is de fitnesssector dus veruit de sterkste groeisector binnen de Vlaamse sportarbeidsmarkt (De Vlaamse sportarbeidsmarkt in kaart gebracht. Enkele ontwikkelingen en kenmerken van de tewerkstelling in de sportsector, Scheerder, Vos, Pabian, Pauwels, 2011).

Vacatures

I. Aantal vacatures (in het 'normaal economisch circuit zonder uitzendopdrachten' en indien beschikbaar het aantal vacatures voor uitzendopdrachten) en aandeel in de sector (2012)

i. Spreiding over de betrokken sectoren

Ontvangen vacatures															Openstaande vacatures	
	Antwerpen-Boom	Mechelen	Turnhout	Leuven	Vilvoorde	Brugge	Kortrijk-Roeselare	Oostende-Ieper	Aalst-Oudenaarde	Gent	St. Niklaas-Dendermonde	Limburg Oost	Limburg West	Buiten Vlaanderen		TOTAAL
NEC zonder																
01. Primaire sector					1					1					2	
02. Dranken, voeding en tabak							3								3	
11. Overige industrie	1								1						2	
14. Groot- en kleinhandel							5		1			1			7	1
16. Horeca en toerisme								6					1	5	12	
19. Zakelijke dienstverlening										11			1		12	
20. Uitzendbureaus en arbeidsbemiddeling	5			1	2	34	4			8	1	1	1	1	58	19
21. Diensten aan personen		1		1	8	1			2			2	1	5	21	5
22. Ontspanning, cultuur en sport	226	4	7	9	16	32	120	13	12	63	2	7	51	49	611	60
23. Openbare besturen	12		11			2		14	3	1	1	1	4	3	52	3
24. Onderwijs	1			8	3	1	7			23		1	2		46	1
25. Gezondheidszorg								0		1					1	
26. Maatschappelijke dienstverlening	12					2		3	2	42					61	4
27. Overige dienstverlening	3		1	2			6							1	13	
28. Onbepaald					1										1	
TOTAAL	260	5	19	21	31	75	142	36	21	150	4	13	61	64	902	93

ii. Aantal openstaande vacatures (aantal, spreiding, evolutie)

- Openstaande vacatures (aantal, evolutie)

Jaartal	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012
NEC zonder uitzendopdr.	25	23	47	49	56	83	176	130	156	176	154	93
Uitzendopdr.	101	1	102	4	5	7	3	14	38	18	22	23
TOTAAL	126	24	149	53	61	90	179	144	194	194	176	116

- Openstaande vacatures (aantal, spreiding)

Regio	Antwerpen-Boom	Mechelen	Turnhout	Leuven	Brugge	Kortrijk-Roeselare	Oostende-Ieper	Aals-Oudenaarde	Gent	St.Niklaas-Dendermonde	Limburg Oost	Limburg West	Baljen Vlaanderen	TOTAAL
NEC zonder uitzendopdr.	38		1	2	23	4	3	3	7	2	0		10	93
Uitzendopdrachten	1	1			2	8		1	2		1	6	1	23
TOTAAL	39	1	1	2	25	12	3	4	9	2	1	6	11	116

II. Evolutie van het aantal vacatures (in de tijd)

Jaartal	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012
NEC zonder uitzendopdr.	160	181	365	581	556	425	886	819	855	940	846	902
Uitzendopdr.	64	145	319	55	223	297	269	309	246	269	182	140
TOTAAL	224	326	684	636	779	722	1155	1128	1101	1209	1028	1042

III. Spreiding van het aantal vacatures per provincie en/of regio

Regio	Antwerpen-Boom	Mechelen	Turnhout	Leuven	Vilvoorde	Brugge	Kortrijk-Roeselare	Oostende-Ieper	Aalst-Oudenaarde	Gent	St. Nikolaas-Dendermonde	Limburg Oost	Limburg West	Buiten Vlaanderen	Totaal
-------	----------------	----------	----------	--------	-----------	--------	--------------------	----------------	------------------	------	--------------------------	--------------	--------------	-------------------	--------

NEC zonder uitzendopdr.	260	5	19	21	31	75	142	36	21	150	4	13	61	64	902
Uitzendopdr.	10	5	3	6	1	7	23	6	2	13	7	12	27	18	140

TOTAAL	270	10	22	27	32	82	165	42	23	163	11	25	88	82	1042
--------	-----	----	----	----	----	----	-----	----	----	-----	----	----	----	----	------

IV. Aantal niet werkende werkzoekenden

Beroep	Antwerpen-Boom	Mechelen	Turnhout	Leuven	Vilvoorde	Brugge	Kortrijk-Roeselare	Oostende-Ieper	Aalst-Oudenaarde	Gent	St. Nikolaas-Dendermonde	Limburg Oost	Limburg West	TOTAAL
--------	----------------	----------	----------	--------	-----------	--------	--------------------	----------------	------------------	------	--------------------------	--------------	--------------	--------

TOTAAL	190	49	81	73	95	56	57	69	45	108	72	81	84	1060
--------	-----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	----	----	----	------

V. Knelpuntberoep i. Zo ja, duiding oorzaak (kwantitatief/kwalitatief)
Geen knelpuntberoep

4. Samenhang

Personal trainer	Personal trainer