

## **Fitnesstrainer A / GLI diploma behalen via zelfstudie**

Welkom bij NL Actief, de brancheorganisatie van erkende sport- en beweegcentra. NL Actief beheert de branchediploma's en fungeert als examenbureau. In samenspraak met de branche zijn de eisen aan Fitnesstrainers van diverse niveaus vastgelegd in competentieprofielen. Op niveau 3 bestaan de diploma's 'Fitnesstrainer A' en 'Groepslesinstructeur' (GLI).

Studenten die het branche diploma willen behalen, raden wij aan een opleiding te volgen bij één van de aangesloten opleiders: [nlactief.nl/opleidingsinstituten](http://nlactief.nl/opleidingsinstituten).

Het is echter ook mogelijk om aan de examens deel te nemen zonder een opleiding te volgen, zolang wordt voldaan aan de instroomeisen die te vinden zijn in het examenreglement. Dit is alleen aan te raden als je ooit elders (een deel van) een vergelijkbare opleiding hebt gevolgd. Houd er rekening mee dat NL Actief geen inhoudelijke ondersteuning kan bieden, zoals de opleiders dat wel kunnen.

### **Aanmelden voor de examens**

Om aan te melden voor examens (zonder opleiding) stuur je het ondertekende en volledig en juist ingevulde aanmeldformulier op naar [opleidingen@nlactief.nl](mailto:opleidingen@nlactief.nl). Als je dit nog niet in je bezit hebt, kun je het formulier opvragen via dit adres. Vervolgens kun je meedoen aan de drie examenonderdelen:

#### **Theorietoets**

Een schriftelijke multiple-choice (ABCD) toets van 60 vragen. Dit examen kan worden afgelegd in Ede, op een woensdag of vrijdag om 11.00 of 13.30 uur. Hiervoor maak je telefonisch (085-4869150) een afspraak met het examenbureau.

#### **Portfolio op basis van praktijkstage**

Je zoekt zelf een fitnesscentrum waar je stage kunt lopen. Hier ga je vijf opdrachten uitvoeren en deze laat je beoordelen door je stagebegeleider (een medewerker van het fitnesscentrum). Als je de theorie hebt behaald en het portfolio compleet is, stuur je dit op aan [opleidingen@nlactief.nl](mailto:opleidingen@nlactief.nl), inclusief de ondertekende beoordelingsformulieren. Het portfolio wordt dan ook nog inhoudelijk beoordeeld door een examiner van NL Actief.

#### **Praktijkexamen**

Je gaat een half uur lesgeven aan drie of 4 deelnemers (die je zelf moet meebrengen). De les wordt voorbereid op basis van een examenopdracht die je door NL Actief krijgt toegewezen. Zodra het theorie-examen, het portfolio en de examenlesvoorbereiding met een voldoende zijn afgesloten, zoeken we een plek voor je bij één van de examens van een erkende opleider. Houdt er rekening mee dat dit tot drie maanden kan duren.

#### **De examens voorbereiden**

De theoretische kennis is verzameld in het cursusboek Fitnesstrainer A. Dit is te bestellen op onze website. LearningPartners heeft ter voorbereiding op de theorietoets een online oefentool beschikbaar gesteld. Ook deze is te vinden via onze website. Daarnaast zijn de examenopdrachten voor het praktijkexamen online in te zien.

Raadpleeg ook zeker het handboek Fitnesstrainer niveau 3 dat op de website staat. Hierin vind je alle details over de examens, zoals de opdrachten voor het portfolio, het lesvoorbereidingsformulier en alle informatie over het praktijkexamen.

Al deze hulpmiddelen ter voorbereiding zijn online te vinden op <https://nlactief.nl/opleidingeninfo>

*NL Actief was tot medio 2017 bekend onder de naam Fit!vak.*

## **Fitnesstrainer B diploma behalen via zelfstudie**

Welkom bij NL Actief, de brancheorganisatie van erkende sport- en beweegcentra. NL Actief beheert de branchediploma's en fungeert als examenbureau. In samenspraak met de branche zijn de eisen aan Fitnesstrainers van diverse niveaus vastgelegd in competentieprofielen. Op niveau 4 bestaat het diploma 'Fitnesstrainer B'.

Studenten die het branche diploma willen behalen, raden wij aan een opleiding te volgen bij één van de aangesloten opleiders: [nlactief.nl/opleidingsinstituten](http://nlactief.nl/opleidingsinstituten).

Het is echter ook mogelijk om aan de examens deel te nemen zonder een opleiding te volgen, zolang wordt voldaan aan de instroomeisen die te vinden zijn in het examenreglement. Dit is alleen aan te raden als je ooit elders (een deel van) een vergelijkbare opleiding hebt gevolgd. Houd er rekening mee dat NL Actief geen inhoudelijke ondersteuning kan bieden, zoals de opleiders dat wel kunnen.

### **Aanmelden voor de examens**

Om aan te melden voor examens (zonder opleiding) stuur je het ondertekende en volledig en juist ingevulde aanmeldformulier op naar [opleidingen@nlactief.nl](mailto:opleidingen@nlactief.nl). Als je dit nog niet in je bezit hebt, kun je het formulier opvragen via dit adres. Vervolgens kun je meedoen aan de drie examenonderdelen:

#### **Theorietoets**

Een schriftelijke multiple-choice (ABCD) toets van 60 vragen. Dit examen kan worden afgelegd in Ede, op een woens- of vrijdag om 11.00 of 13.30 uur. Hiervoor maak je telefonisch (085-4869150) een afspraak met het examenbureau.

#### **Portfolio op basis van praktijkstage**

Je zoekt zelf een fitnesscentrum waar je stage kunt lopen. Hier ga je zeven opdrachten uitvoeren en deze laat je beoordelen door je stagebegeleider (een medewerker van het fitnesscentrum). Als je de theorie hebt behaald en het portfolio compleet is, stuur je dit op aan [opleidingen@nlactief.nl](mailto:opleidingen@nlactief.nl), inclusief de ondertekende beoordelingsformulieren. Het portfolio wordt dan inhoudelijk beoordeeld door de examinator van NL Actief.

#### **Reflectiegesprek**

Je gaat in een tweetal of individueel in gesprek over je portfolio. Je verdedigt het portfolio aan de hand van een presentatie en verdiepende vragen van de examinator. Ook laat je zien dat je kunt reflecteren op je eigen handelen tijdens de stage en dat je kennis verder rijkt dan alleen je eigen portfoliocasus. Zodra het theorie-examen is afgerond en het portfolio bij ons ingeleverd, zoeken we een plek voor je bij één van de examens van een erkende opleider. Houdt er rekening mee dat dit tot drie maanden kan duren.

#### **De examens voorbereiden**

De theoretische kennis is verzameld in het cursusboek Fitnesstrainer B. Dit is te bestellen op onze website. Raadpleeg ook zeker het handboek Fitnesstrainer B dat op de website staat. Hierin vind je alle details over de examens, zoals de opdrachten voor het portfolio, de benodigde formulieren en alle informatie over het reflectiegesprek.

Deze hulpmiddelen ter voorbereiding zijn online te vinden op <https://nlactief.nl/opleidingeninfo>.

*NL Actief was tot medio 2017 bekend onder de naam Fit!vak.*