

**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.



**FIT IN
OOST**.NL

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 september en oktober 2026 plaats in Amsterdam Oost en bestaat uit volgende onderdelen.

• Een informatiebijeenkomst

- 🕒 donderdag 10 september, 19:00 - 20:00 uur
- 📍 Stadsloket Oost, Oranje-Vrijstaatplein 2

• Drie groepsbijeenkomsten

- 🕒 zaterdag 19 september, 09:30 - 12:00 uur
- zaterdag 26 september, 09:30 - 12:00 uur
- zaterdag 3 oktober, 09:30 - 12:00 uur (inloop vanaf 09:15)
- 📍 Gymzaal Indische Buurt School, Balistraat 79

• Ondersteuning van een sportevenement

• Een certificaatuitreiking

• Mogelijkheid tot deelname leerwerktraject*

* Optioneel

Meer informatie en aanmelden

E info@fitinoost.nl

T 06 - 24 62 24 57

Breng jezelf en de buurt in beweging!



Leefstijlnetwerk Amsterdam Oost



leefstijlnetwerk