

# ASM-OLDSTARS TRAINERSCURSUS

Een initiatief van het  
**Nationaal Ouderenfonds**



Blijven  
bewegen  
doe je  
samen!





# ACHTERGROND

OldStars Sport is er voor iedereen die wil blijven bewegen en bestaat uit aangepaste spelvarianten van bestaande sporten. Beginners en sporters ontmoeten elkaar bij OldStars en beleven meer gouden momenten. Het uitgangspunt van OldStars is het leveren van een positieve bijdrage van het verenigingsleven aan de levenskwaliteit van ouderen.

De spelvarianten geven senioren de mogelijkheid om op hun eigen niveau mee te (blijven) doen in en rondom de sportvereniging. De OldStars trainingen worden ingericht volgens de bewegemethode van ASM.

Op initiatief van het Nationaal Ouderenfonds worden drie cursussen aangeboden. De opstartcursus, ook wel basiscursus genoemd, de opfriscursus, voor mensen die langer aan de slag zijn met OldStars en hun kennis willen opfrissen. En de OldStars trainerscursus voor sportprofessionals, trainers met vakervaring en/of mensen met een ASM vooropleiding.



# WELKE BIJDRAGE LEVERT DE TRAINERSCURSUS?

De trainerscursus is voor ervaren trainers die opgeleid worden tot ASM-OldStars trainer. Uit ons onderzoek blijkt dat veel trainers en begeleiders de wens hebben om in een training van OldStars Sport te kunnen differentiëren aan de hand van het ASM.

Met behulp van deze trainerscursus ontwikkel je kennis over de fysieke, mentale en sociale eigenschappen van de doelgroep senioren. Daarbij doe je kennis en vaardigheden op om beweeg- en spelvormen aan de OldStars-training toe te voegen. Je zult ermee bereiken dat iedereen met nog meer plezier meedoet aan de spelvormen en op zijn of haar eigen niveau kan participeren. De onderdelen worden tijdens deze cursusdagen besproken en gedemonstreerd.

De cursus geeft je geen lesbevoegdheid maar zorgt ervoor dat je veelzijdige trainingen kan organiseren, uitvoeren en verantwoorden. Naast de contactmomenten van 10 uur verspreid over twee dagen wordt er ook 12 uur zelfstudie voor huiswerk en voorbereiding van je verwacht. Hiervoor wordt een werkboek met opdrachten uitgereikt.



# VOORWAARDEN EN DOCENTEN

Voorwaarde om deel te kunnen nemen aan de trainerscursus is dat je de opstartcursus hebt gevolgd of een vooropleiding hebt in sport en bewegen.

De opleiding is complementair aan reeds aanwezige kennis en kunde van de kandidaat in sport en bewegen. Wij adviseren dat de deelnemer minimaal 2 jaar trainerservaring heeft (methodisch en didactisch). Daarnaast is het noodzakelijk dat de deelnemer geschoold is, of zich op korte termijn laat scholen door het doen van een EHBO- / AED-cursus. Dat kan bijvoorbeeld middels de OldStars reanimatietraining en EHBO voor sportieve ouderen van Schok & Pomp:

[www.schokpomp.nl/product/old-stars-ehbo-voor-sportieve-ouderen](http://www.schokpomp.nl/product/old-stars-ehbo-voor-sportieve-ouderen)

We stellen het docententeam voor de OldStars trainerscursus graag aan je voor.



**René Wormhoudt** is een van de grondleggers van het Athletic Skills Model en van de innovatieve beweegaccommodaties als de Skills Garden en Playce sportvelden. Hij heeft 24 jaar ervaring met de jeugd en het eerste team van de AFC Ajax, Amsterdam. In de jeugdopleiding heeft hij daar van 2005 tot 2012 de visie van het ASM neergezet. Daarnaast heeft hij ervaringen opgedaan in diverse andere sporten waaronder basketbal, handbal, zwemmen en American Football. Hij is opgeleid als fysiotherapeut en is van 2003 tot juli 2012 conditie-, kracht- en hersteltrainer geweest van het eerste team van de AFC Ajax en sinds 2012 is hij conditie- en hersteltrainer van het Nederlands elftal (KNVB).

**Prof. dr. Geert Savelsbergh** is een van de grondleggers van het Athletic Skills Model. Hij is hoogleraar aan de afdeling Bewegingswetenschappen, VU Amsterdam, en lector Talentontwikkeling, Hogeschool van Amsterdam. Hij houdt zich onder ander bezig met perceptueel-motorisch leren en het zoeken naar 'key-indicators' (zoals bijvoorbeeld kijkgedrag; spelinzicht) voor talent-identificatie en -ontwikkeling. Hiernaast heeft hij vele jaren gewerkt als jeugd voetbaltrainer en speciale affiniteit met diverse balsporten waaronder voetbal, tennis, cricket, hockey en golf.

**Yordi Vermaat** diende zes jaar binnen het Korps Mariniers. Hierna heeft hij de Academie voor Lichamelijke Opvoeding (ALO Amsterdam) met het predicaat cum laude en als honours student afgerond. De implementatie van de ASM Adaptaball stond centraal in zijn afstudeeronderzoek. Yordi heeft meerdere jaren gewerkt als opleidingsdocent op de ALO Amsterdam en bij het CIOS Haarlem. Daarnaast is hij performance trainer geweest van diverse sporten en momenteel nog actief voor Kyokushin Karate. Op dit moment werkt Yordi *fulltime* voor het ASM en is verantwoordelijk voor alles omtrent de ASM Academy.



# DEELNEMEN AAN DE ASM - OLDSTARS TRAINERSCURSUS

De actuele cursussen zijn te vinden op [www.oldstars.nl/agenda](http://www.oldstars.nl/agenda). De cursussen worden op verschillende plaatsen in Nederland georganiseerd. Kijk in de [agenda](#) om te zien of er binnenkort een trainerscursus bij jou in de buurt is. Voor de ASM-OldStars trainerscursus geef je je op via: [www.athleticskillsmodel.nl/oldstars](http://www.athleticskillsmodel.nl/oldstars)

De kosten voor de tweedaagse trainerscursus zijn €645,- [inclusief 2 lunches]. Daarbij is inbegrepen toegang tot het Athletic Skills Platform met zo'n 10.000 video's en een certificaat.

Voor €995,- krijg je naast de ASM - OldStars trainerscursus toegang tot de Masters of Movement. De Masters zijn vier masterclasses in een jaar en richten zich op de verbindingen met de community en een leven lang leren. Kijk voor meer informatie op: [www.athleticskillsmodel.nl/mastersofmovement](http://www.athleticskillsmodel.nl/mastersofmovement)

Beide cursussen zijn aan te vragen met het STAP-budget, dan volg je een van de cursussen voor slechts €0,-

Meer informatie daarover [www.athleticskillsmodel.nl/stap](http://www.athleticskillsmodel.nl/stap). Aanmelden verloopt via de [website van het ASM](#). Voor meer informatie en/of vragen kun je contact zoeken met het OldStars projectteam, via [oldstars@ouderenfonds.nl](mailto:oldstars@ouderenfonds.nl).





### Meer informatie

Kijk voor meer informatie of vragen op [oldstars.nl](https://oldstars.nl)  
of stuur een e-mail naar [oldstars@ouderenfonds.nl](mailto:oldstars@ouderenfonds.nl)

Een initiatief van:



Landelijke partner:

