



Informatiebundel VTS-cursusorganisaties 2026

VLSU vzw

Maatschappelijke zetel en secretariaat: Papenstraat 11, 3350 Linter

Ondernemersnummer: 0417.659.927

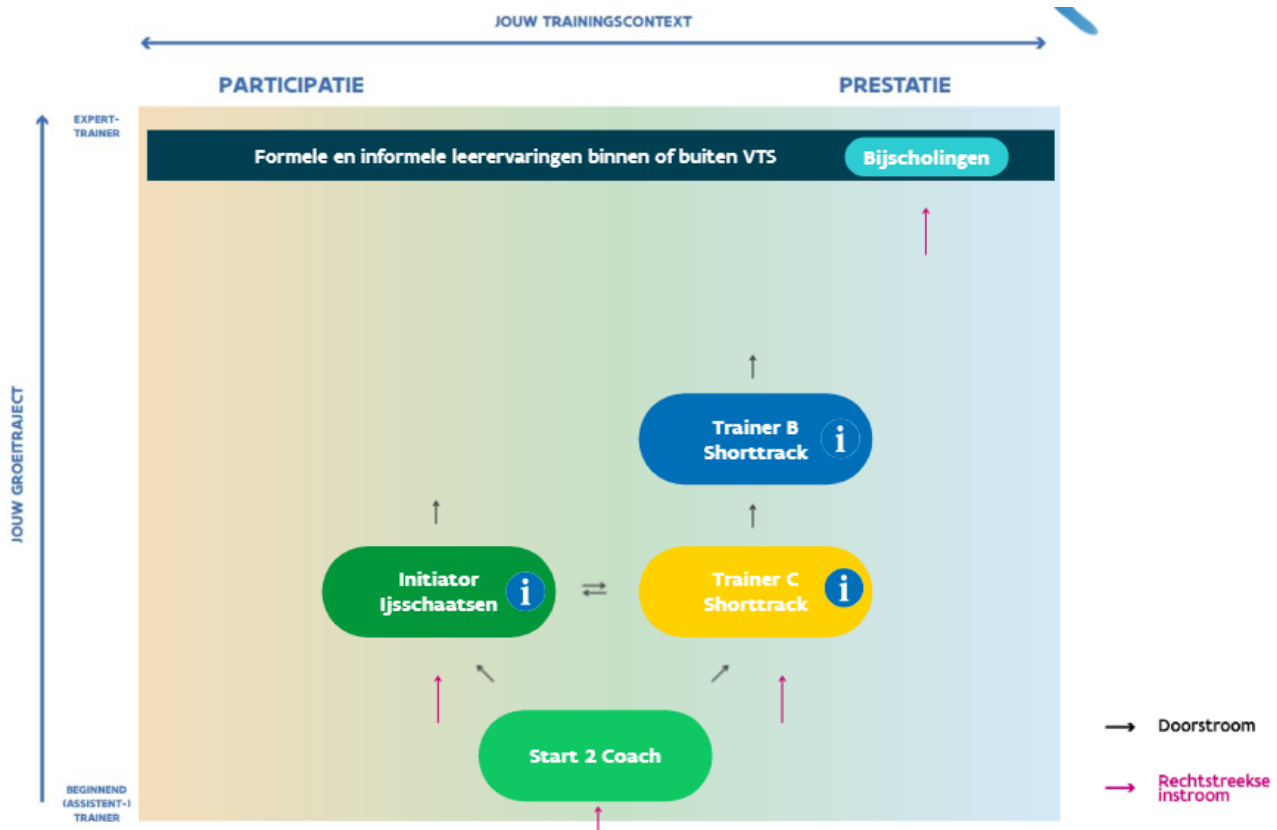
E-mail: secretariaat@vlsu.be

Inhoud

Opleidingsstructuur snelschaatsen.....	3
Start 2 Coach	5
Initiator ijsschaatsen	6
Trainer C shorttrack.....	7
Algemene praktische informatie.....	9
Vrijstellingstabellen	10

Opleidingsstructuur snelschaatsen

De opleidingsstructuur binnen het snelschaatsen ziet er als volgt uit! De [keuzewijzer](#) helpt je alvast op weg.

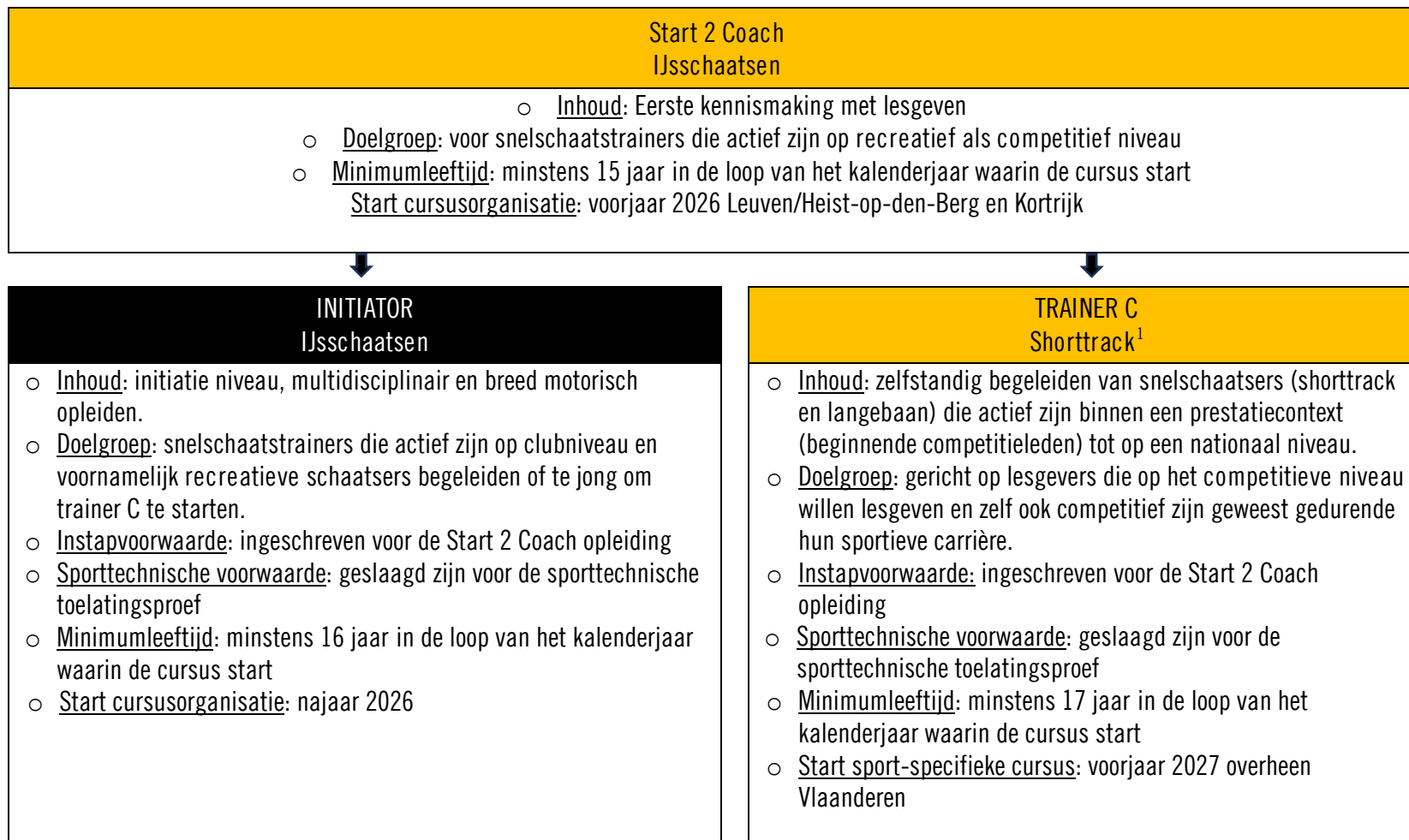


Figuur 1: Recreatieve (Start 2 Coach, Initiator) en competitieve (Start 2 Coach, Trainer C, Trainer B) stroming.

Er werden twee stromingen gecreëerd:

- Recreatieve stroming: gericht op lesgevers die actief zijn op clubniveau en voornamelijk recreatieve atleten begeleiden.
 - Start 2 coach -> Initiator
- Competitieve stroming: gericht op lesgevers die puur op het competitieve niveau willen lesgeven en zelf ook competitief zijn geweest gedurende hun sportieve carrière.
 - Start 2 coach -> Trainer C -> Trainer B -> Trainer A

Maak de keuze, word een **coach**!

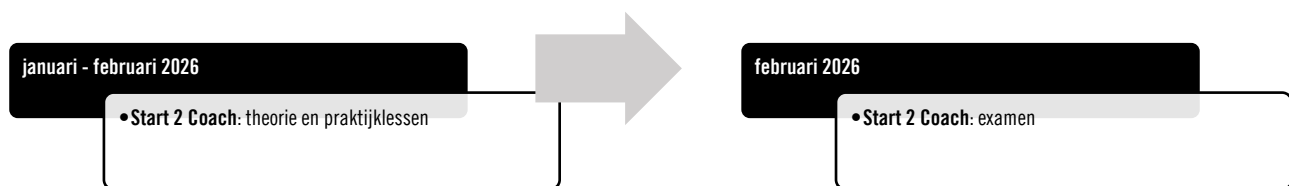


¹ Vanaf 2026 snelschaatsen (shorttrack en langebaan)

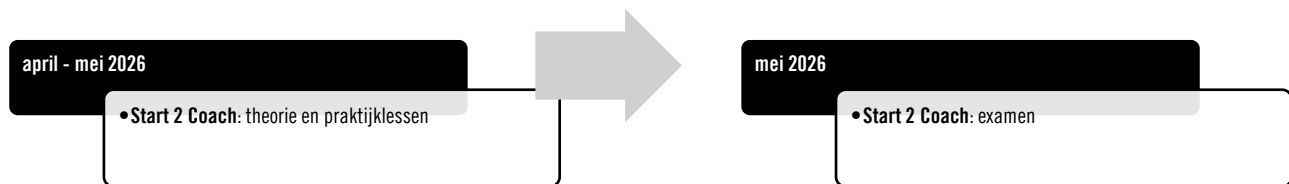
Start 2 Coach

- Inhoud: Eerste kennismaking met lesgeven
- Doelgroep: voor snelschaatstrainers die actief zijn op recreatief als competitief niveau, maar nog niet in het bezit zijn van een trainersdiploma
- Minimumleeftijd: minstens 15 jaar in de loop van het kalenderjaar waarin de cursus start
 - Start cursusorganisatie: 10/01/2026 Leuven/Heist-op-den-Berg;

- Start 2 Coach cursus ijsschaatsen
 - Start 2 Coach (voorjaar te Leuven/Heist-op-den-Berg): januari - februari (deels zelfstudie, online en fysiek)



- Start 2 Coach (voorjaar te Kortrijk): april - mei (deels zelfstudie, online en fysiek)



5

Cursusinhoud: Start 2 Coach IJsschaatsen

De Start 2 Coach wordt samen georganiseerd met Skate Vlaanderen. Hieronder staat het maximaal uren theorie en praktijklessen weergegeven. Indien jullie niet zoveel ter beschikking hebben, kan een deel plaatsvinden op de rollen.

START 2 COACH		Zelfstudie en opdracht	Leslokaal theorie	IJs ² Praktijk (met of zonder proefleerlingen ³)	Op rollen ⁴ Praktijk (met of zonder proefleerlingen ³)
Module 1	Basisprincipes rond verantwoord training geven (Start2Coach)	1u30	7	3	3
	TOTAAL	1u30	7	3	3

- Kostprijs: €60
- Inschrijven: via de [keuzewijzer](#)

² 2u ijs en 1u nabespreking

³ Proefleerlingen: starter tot vooruit en achteruit overstappen, uitwijken/bogen, draaien. Indien de les doorgaat met proefleerlingen, dan wordt 30min eerder gestart in de kleedkamer.

⁴ 2u rollen en 1u nabespreking

Initiator ijsschaatsen

- Inhoud: initiatie niveau, multidisciplinair en breed motorisch opleiden.
- Doelgroep: snelschaatstrainers die actief zijn op clubniveau en voornamelijk recreatieve schaatsers begeleiden of te jong om trainer C te starten.
 - Instapvoorwaarde: ingeschreven voor de Start 2 Coach opleiding
 - Sporttechnische voorwaarde: geslaagd zijn voor de sporttechnische toelatingsproef
- Minimumleeftijd: minstens 16 jaar in de loop van het kalenderjaar waarin de cursus start
 - Start cursusorganisatie: najaar 2026

Cursusorganisaties 2025

- Start cursusorganisatie: najaar 2026
 - Verdere info over de planning volgt later

Cursusinhoud: Initiator ijsschaatsen

De initiator wordt samen georganiseerd met Skate Vlaanderen. Hieronder staat het maximaal uren theorie en praktijklessen weergegeven. Indien jullie niet zoveel ter beschikking hebben, kan een deel plaatsvinden op de rollen.

INITIATOR		Zelf-studie	Online theorie	Les-lokaal theorie	IJs praktijk, zonder proefleerlingen	IJs praktijk, met proefleerlingen ⁵	Op rollen praktijk, zonder proefleerlingen
Module 2	Introductie tot de opleiding initiator		1				
	Fundamenten van de schaatssporten ⁶	2		4	1,5		1,5
	Spelvormen schaatsen ⁷				1		1
	Kennismaking met de verschillende schaatsdisciplines			1	1,5		1,5
	Veilig sporten: schaatssporten			6			
Module 3	Trainingspraktijken Initiator IJsschaatsen					15	
Module 4	Stage Initiator ijsschaatsen ⁷						
	Feedback en reflectie stage Initiator IJsschaatsen			2			
TOTAAL		2	1	13	4	15	4

Algemene informatie

- Kostprijs volledige opleiding: €255

Opleiding	Modules	Kostprijs Module 2	Kostprijs Module 3	Kostprijs Module 4	Totaal
Initiator IJsschaatsen	2+3+4	€105	€145	€5	€255

- Inschrijven: via de [keuzewijzer](#)

⁵ Proefleerlingen: starter tot vooruit en achteruit overstappen, bogen, draaien

⁶ Fundamenten en Spelvormen: kan plaatsvinden op het ijs of op rollen met voorkeur gelijke verdeling

⁷ Cursist dient 4u stage (1u observatie en 3u doe-stage) zelf te organiseren en uit te voeren.

Trainer C shorttrack⁸

- Inhoud: zelfstandig begeleiden van snelschaatsers (shorttrack en langebaan) die actief zijn binnen een prestatiecontext (beginnende competitieleden) tot op een nationaal niveau.
- Doelgroep: gericht op lesgevers die op het competitieve niveau willen lesgeven en zelf ook competitief zijn geweest gedurende hun sportieve carrière.
 - Instapvoorwaarde: ingeschreven voor de Start 2 Coach opleiding
- Sporttechnische voorwaarde: geslaagd zijn voor de sporttechnische toelatingsproef
- Minimumleeftijd: minstens 17 jaar in de loop van het kalenderjaar waarin de cursus start
 - Start sport-specifieke cursus: voorjaar 2027 overheen Vlaanderen

Cursusorganisaties 2025

- Start sport-specifieke cursus: voorjaar 2027 overheen Vlaanderen
 - Module 1: De sportwetenschappelijk vakken⁹ (ontwikkelingsleer, motorisch leren en sportpsychologie basis) kan je volgen voor, tijdens of na je opleiding van module 2 – 4. Apart hiervoor inschrijven kan via de [keuzewijzer](#).
 - Module 2 – 4: Meer details over de planning van deze modules volgt later.

Cursusinhoud: Trainer C shorttrack

Trainer C		Zelf-studie	Online theorie	Leslokaal theorie	IJs praktijk, zonder proefleerlingen	IJs praktijk, met proefleerlingen ¹⁰
Module 2	Introductie tot de opleiding Trainer C Shorttrack			1		
	Opleidingsvisie Trainer C Shorttrack			1,5		
	Materiaalkennis Trainer C Shorttrack			1,5		
	Technische fundamenteen Trainer C Shorttrack			1	1	
	Basistechnieken Trainer C Shorttrack			4	2	
	Trainingsmethodiek Trainer C Shorttrack			5		
	Wedstrijdbegeleiding Trainer C Shorttrack			2		
	Veilig sporten Trainer C Shorttrack		4	2		
Module 3	Fundamenteen trainingspraktijken Trainer C Shorttrack					6
	Trainingspraktijken Trainer C Shorttrack					10
	Wedstrijdpraktijken Trainer C Shorttrack					1
Module 4	Stage Trainer C Shorttrack: trainingspraktijken					15
	Feedback en reflectie stage Trainer C Shorttrack		1	1		
TOTAAL		0	23	19	3	32

⁸ Vanaf 2026 snelschaatsen (shorttrack en langebaan)

⁹ Zelfstandig inschrijven via de keuzewijzer of de VTS-app. Maar OPGELET deze vakken dienen volledig afgewerkt te worden, alvorens jouw diploma wordt uitgereikt.

¹⁰ Proefleerlingen: Beginnende competitie schaatsers

Algemene informatie

- Kostprijs volledige opleiding: €452,5

Opleiding	Modules	Kostprijs Module 1	Kostprijs Module 2	Kostprijs Module 3	Kostprijs Module 4	Totaal
Trainer C shorttrack	1B+1C+1D+2A+2B+3+4	€67,5	€155	€225	€5	€452,5

Inschrijven: via de [keuzewijzer](#)

Algemene praktische informatie

Cursusorganisaties

- De examendagen worden ruim op voorhand gecommuniceerd.
- Het lessenrooster wordt voorafgaand aan de cursusorganisatie gecommuniceerd. De gedetailleerde planning raadplegen via de inschrijvingslink op de website van Sport Vlaanderen. Eenmaal ingeschreven je persoonlijke lessenrooster raadplegen via de [app van de Vlaamse Trainersschool](#). Bij het opstellen van de planning wordt zoveel mogelijk rekening gehouden met de beschikbaarheden van de locaties, docenten, wedstrijdkalender,...

Trainerslicenties:

- De intentie van de Vlaamse Schaatsunie is om de trainerslicenties volledig af te stemmen op de trainersopleidingen. De toelichting hierover volgt later. Er wordt ruim rekening gehouden met de nodige overgangperiodes.

Reeds in het bezit van een trainersdiploma

- In het bezit van het diploma Initiator: indien gewenst kan je nu alvast starten met het volgen van de sportwetenschappelijke vakken¹¹. Neem deel aan de Trainer C opleiding die van start gaat in het najaar 2025. Schrijf je in via de [keuzewijzer](#). In de Trainer C opleiding krijg je enkele vrijstellingen voor vakken (zie vrijstellingstabellen). De vrijstellingen worden na inschrijving toegekend door de Vlaamse Trainersschool, raadpleeg je persoonlijke lessenrooster.
- In het bezit van het diploma Aanvullende module: indien gewenst kan je nu alvast starten met het volgen van de sportwetenschappelijke vakken¹. Neem deel aan de Trainer C opleiding die van start gaat in het najaar 2025. Schrijf je in via de [keuzewijzer](#). In de Trainer C opleiding krijg je enkele vrijstellingen voor vakken (zie vrijstellingstabellen). De vrijstellingen worden na inschrijving toegekend door de Vlaamse Trainersschool, raadpleeg je persoonlijke lessenrooster.
- Een verworven kwalificatie behaald bij Sport Vlaanderen kan je niet meer verliezen. De federatie zou wel kunnen vragen om nog extra bijscholingen te volgen buiten de VTS-opleidingen (vanuit de visie: Levenslang Leren).

¹¹ Sportwetenschappelijke vakken: alle cursussen (uitgezonderd Start to Coach en Initiator) bevatten sportwetenschappelijke vakken. Wat is nieuw: de volgtijdelijkheid van de sportwetenschappelijke vakken is verdwenen. Dit wil zeggen dat je zelf kan kiezen wanneer je de sportwetenschappelijke vakken volgt. Opgelet: je krijgt pas je diploma van bv. Trainer C na het slagen voor alle vakken/modules. Daarnaast ben je niet beperkt tot enkel het volgen van de vakken opgelegd per cursus. Je kan op ieder moment zelf een (extra) sportwetenschappelijk vak opnemen. Inschrijven kan via de [keuzewijzer](#).

Vrijstellingstabellen

Volgde je in het verleden reeds één of meerder VTS-sportkaderopleidingen, bekijk dan zeker onderstaande vrijstellingstabellen. Zie hieronder een overzicht van potentiële vrijstellingen die de Vlaamse Trainersschool kan toekennen indien je in het bezit bent van een Initiator of Aanvullende module diploma.

Tabel 1: Vrijstellingstabel Trainer C (X = Vrijstelling voor een vak; X = Vrijstelling voor de volledige module)

TRAINER C SHORTTRACK	Initiator	AM
Module 1: Algemene vakken		
Start to coach	X	X
Ontwikkelingsleer		
Motorisch leren		
Sportpsychologie (basis)		
Module 2b: Module Sporttechnische aspecten Trainer C shorttrack (27 u.)		
Introductie tot de opleiding Trainer C		
Opleidingsvisie Trainer C shorttrack		
Materiaalkennis Trainer C shorttrack		X
Technische fundamenteen Trainer C shorttrack	X	X
Basistechnieken Trainer C shorttrack		X
Trainingsmethodiek Trainer C shorttrack		
Wedstrijdbegeleiding Trainer C shorttrack		
Veilig sporten Trainer C shorttrack		
Module 3: Module Trainingspraktijken en coaching Trainer C shorttrack (17 u.)		
Fundamenteen trainingspraktijken Trainer C shorttrack	X	X
Trainingspraktijken Trainer C shorttrack		
Wedstrijdpraktijken Trainer C shorttrack		
Module 4: Module Stage Trainer C shorttrack (17 u.)		
Stage Trainer C shorttrack: trainingspraktijken		
Feedback en reflectie stage Trainer C shorttrack		