



STAGE OPLEIDING PADEL

1. MOGELIJKHEID 1: STAGE OP EVENT TENNIS VLAANDEREN

- Geen stageplaatsen gekend momenteel (02/2020)

2. MOGELIJKHEID 2 : MEELOOPSTAGE BIJ MENTOR

- Afspreken met docent om 2u meeloopstage te doen (les observeren en waar mogelijk mee lesgeven als assistent-trainer)
- Keuze uit docentenlijst. Datum en uur onderling af te spreken

Dimitri Dhaese (TC Brughia, Brugge)	+32 472 27 26 96
Jos Geerinck (Hof Ter Burst, Lebbeke en KTC Deinze)	+32 475 80 05 88
Pieter-Jan Vandersloten (Lovanium, Leuven)	+32 472 58 95 01
Sandro Poli (Excelsior Hasselt)	+32 479 32 89 05
Detlef Peel (Padelclub Roeselare)	+32 497 50 49 23
Ief Nollet (Padelclub Deinze)	+32 497 85 20 08
Shana Oyen (Ter Eiken, Edegem)	+32 472 81 13 42
Vincent De Decker (Padelclub Brugge)	+32 476 47 92 15

- Verslag opmaken 1 A4 (Datum, lesthema, aantal ln/niveau, oefenreeks, wat heb ik geleerd, aandachtspunten)
- Verslag doormailen naar trainers@tennisvlaanderen.be met docent in cc



3. MOGELIJKHEID 3 : STAGELES MET VIDEO

- 1 les (1u) aan 4 spelers (niveau naar keuze)
- Thema naar keuze uit themalijst (zie onderaan “Padelslagen en lesthema’s”)
- De les moet zeker omvatten:
 - Beginsituatie/observatie (inschatten niveau spelers en wat moet geoefend worden)
 - Themakeuze en motivering
 - Reeks van 3 oefeningen
 - Slotwedstrijd met 4 spelers
- Lesvoorbereiding (max. 1 pagina) met
 - Lesthema
 - Timing
 - Doelstelling oefeningen
 - Organisatie per oefeningen
 - Technische/tactische aandachtspunten
- Reflectie (hoe is de les verlopen? Wat was goed? Wat kon beter?) (max. 0,5 pagina)
- Video van de les (met verstaanbare audio): 2 mogelijkheden
 - Les integraal filmen en document (Excel of Word) voorzien met timing en inhoud

00:00 - 10:00	Observatie met aandacht voor basispositie, FH, BH, slag na wanden, volley, ...
10:00 - 12:00	Demonstratie en uitleg Bandeja
12:00 - 13:00	Organisatie en demo oefening 1 “vangen met kegel”
20:00- 24:00	Organisatie en demo oefening 2 “Bandeja op aangespeelde bal na vw lopen”
....	...

OF

- Montage maken van de les tussen de 3 - 5 minuten met opstart van elke oefening (demo en organisatie)
- Video delen via www.wetransfer.be , usb stick, YouTube, ... met trainers@tennisvlaanderen.be
- Insturen bij voorkeur binnen de 6 maanden na de opleiding

PADELSLAGEN & LESTHEMA'S

1. Forehand volley
2. Backhand volley
3. Opslag en/of terugslag
4. Spelen met achterwand
5. Gesloten rotatie
6. Bandeja
7. Lob
8. Samenspel met twee