



## Harteraad beweegcoach

### In het kort

Leerweg / Niveau

**Volwassenenonderwijs / Cursus**

Duur

**0-0,5 jaar**

Locatie

**Utrecht**  
Herculesplein 285

Startdatum

**In overleg**

Kosten

**Op aanvraag**

## Cursus Harteraad beweegcoach

Werk jij als beweegprofessional en wil je leren hoe je mensen met hart- en vaataandoeningen kunt begeleiden om veilig en verantwoord te bewegen? Dan is de cursus Harteraad beweegcoach iets voor jou.

Samen met Harteraad, het expertisecentrum voor het leven met hart- en vaataandoeningen, bieden wij deze cursus aan. Je leert wat nodig is om stabiele, gerevalideerde hart(falen)patiënten en mensen die gesuperviseerde looptraining hebben gevolgd, individueel of in groepsverband te begeleiden bij bewegen en sporten. Gesuperviseerde looptraining is een therapie, waarbij lopen op de loopband wordt aangevuld met fiets- en krachttraining.

## Inhoud cursus Harteraad beweegcoach

Tijdens 3 lesdagen leer je hoe je als beweegcoach rekening houdt met de hart- en/of vaataandoening van de mensen die je begeleidt bij het bewegen. De volgende onderwerpen komen aan bod:

- Ondersteunen bij gezonder leven.
- Inspanningsfysiologie.
- Psychosociale aspecten.
- Medische kennis van hart(falen)patiënten en patiënten met een vernauwing of afsluiting in de slagader naar het been veroorzaakt door slagaderverkalking (perifeer arterieel vaatlijden).
- Veiligheidsaspecten.
- Sport- en bewegingsactiviteiten gericht op de doelgroep in groepsverband en individueel.

Ook komen diverse gastdocenten en ervaringsdeskundigen aan het woord om het programma te verrijken met praktische voorbeelden.

## Certificaat

Als je deelname aan de cursus als voldoende wordt beoordeeld, ontvang je het certificaat Harteraad beweegcoach.

## Toelatingseisen

Je hebt een geldig reanimatiebewijs nodig om deel te nemen aan deze cursus. Heb je dit niet, neem dan contact op met Harteraad om de mogelijkheden te bespreken: [info@harteraad.nl](mailto:info@harteraad.nl) of 088 1111 600.

---

## Heb je interesse of wil je meer informatie over deze cursus?

Kelsey van Bentum

**Sport & Vitaliteit**

06 81 06 76 63

[mbovoorprofessionals.sport.u@rocmn.nl](mailto:mbovoorprofessionals.sport.u@rocmn.nl)

