

# Opleiding Sportdiëtetiek

**Bent u diëtist en adviseert u recreatie- of wedstrijdssporters over een optimale voeding? Dan is de opleiding Sportdiëtetiek volgen een logische stap. U leert professioneel voedingsadvies te geven aan wedstrijd- en topsporters, helemaal afgestemd op de persoon.**



U krijgt kennis van en inzicht in de verschillende processen die een rol spelen bij lichamelijke inspanning, zoals inspanningsfysiologie, voedingsfysiologie, sportpsychologie, sportsociologie en sportgeneeskunde. Daarnaast verdiept u zich in voedingskunde en (sport)psychologie. Tot slot leert u deze kennis om te zetten naar een praktisch voedingsadvies voor de sporter, voor een maximale sportprestatie bij een goede gezondheid. Na afronding van deze opleiding kunt u als sportdiëtist een SCAS-certificering aanvragen.

## PARTNERS

- Lectoraat Sport, voeding en leefstijl van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen
- Instituut Sport en Bewegingsstudies (ISBS/SENECA) van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen
- Instituut Paramedische Studies van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen

## WERKWIJZE

In de opleiding wordt gewerkt met hoorcolleges, werkcolleges en practica in een digitale leeromgeving. In journalclubs werkt u aan het 'evidence-based' werken en de vertaling van de wetenschap naar de praktijk. Per week volgt u zes uur onderwijs. Daarnaast werkt u per week nog zo'n twaalf uur aan deze opleiding.

## ONDERWERPEN

- Trainingsleer en fysiologie
- Voedingsstatus schatten/ meten en antropometrie als evaluatiemiddel
- Sport- en andere voedingspatronen
- Sportende kinderen en jonge atleten
- Sportende ouderen
- Sporters in gewichtsklasse
- Sporters met diabetes
- Sporters met maag- en darmproblemen
- Reizende sporters

- Aangepast sporten
- Vetzuuroxidatie tijdens aerobe inspanning
- Voedingssupplementen en periodisering
- Eetproblemen en de female triad
- Anemie, ijzerdepletie en vitamine B12 en foliumzuurstatus
- Extreme omstandigheden
- Journalclub

## TOELATING

- U hebt een hbo-diploma Voeding & Diëtetiek
- U hebt een paramedische stage gevolgd
- U hebt de benodigde literatuur aangeschaft (zie website)
- U hebt voldaan aan de toets Basiskennis sportvoeding

## IN HET KORT

<b>Voor wie</b>	diëtisten
<b>Vooropleiding</b>	hbo
<b>Locatie</b>	Papendal Arnhem
<b>Data/kosten</b>	zie website
<b>Duur</b>	10 dagen (in een periode van 3 maanden)
<b>Studiebelasting</b>	180 uur in totaal
<b>Coördinator</b>	Jan van Loon
<b>Trainers</b>	Gert Vriend, Floris Wardenaar, Anja van Geel Joris Hermans, gasttrainers
<b>Resultaat</b>	certificaat
<b>Accreditatie</b>	ADAP
<b>Direct contact</b>	T (024) 353 05 67 E secretariaat.vdo-opleiding@han.nl
<b>Website</b>	ga naar <a href="http://www.han.nl/vdo">www.han.nl/vdo</a> en klik op 'open aanbod' of scan de QR-code hiernaast

