



**SPORT.**  
VLAANDEREN

#sportersbelevenmeer

# Cursus Hoger Redder Lommel

Start op zaterdag 2 februari 2019

Bij het volgen van deze cursus tracht je een diploma Hoger Redder te behalen. Via dit diploma kan je aan de slag als (jobstudent) redder in elk Belgisch zwembad of open water gelegenheid! Ook als clubredder komt dit diploma van pas!

**Deelname voorwaarde:** Leeftijd van minstens 17 jaar tijdens het jaar 2019 (geboortjaar 2002)

**Sterk aanbevolen:** Het vooraf zwemmen van de “voorbereidende reddingsproef”

- Startduik + 25 meter onder water zwemmen
- 25 meter op je rug zwemmen met je polsen boven water
- 150 meter zwemmen, met je ogen boven water en blik voorwaarts gericht

Tijdslimiet:

- Eerste 50 meter dient afgelegd te worden binnen 1'15"
- Volledige proef (200 meter) in minder dan 4'30"

Deze proef kan je voor de start van de cursus zwemmen in het zwembad van “Center Parcs De Vossemereen”, Elzen 145, 3920 Lommel.

Wanneer: zondag 20 januari om 08.30 uur OF zaterdagavond 26 januari om 20.45 uur

**De cursus** (64 lessen + examens):

De cursus **start op zaterdag 2 februari 2019 om 8 uur.**

**Wekelijks** wordt er op **zaterdag** (vanaf 02/02/2019 tot en met 23/03/2019) een lesdag voorzien van **8u tot 16u** in Center Parcs “De Vossemereen”.

Op **17, 24 en 31 maart** zijn er drie cursusmomenten voorzien in het zwembad “De Souverein”, dit telkens van **18u tot 21u**.

Examen theorie: zaterdag 30 maart 2019 (9u-12u)

Examen praktijk: zondag 7 april 2019 (13u-21u)

**Waar:**

- Center Parcs “De Vossemereen”, Elzen 145, 3920 Lommel
- Zwembad De Souverein, Sportveldenstraat 15, 3920 Lommel

**Informatie en inschrijven:**

Inschrijven en meer informatie via: [voorzitter@blits-beerse.be](mailto:voorzitter@blits-beerse.be) (0499/62.78.76)

Niels Van Mechelen, docent Vlaamse Trainersschool

**Prijs:**

**260 euro**

Te betalen voor 26/01/2019 op

**BE93 0682 2173 6367** met vermelding van “Cursus Hoger Redder + volledige naam”



VLAAMSE  
TRAINERSCHOOL  
SPORT VLAANDEREN - SPORTFEDERATIES  
UNIVERSITEITEN EN HOGESCHOLEN LO

