

Masterclass Aquafit op muziek

Algemene omschrijving

Je geeft aquafitnesslessen, maar merkt dat muziek niet altijd optimaal wordt benut. Het tempo klopt niet altijd, de energie wisselt of de les voelt minder strak opgebouwd dan je zou willen.

In deze masterclass leer je hoe je muziek doelgericht inzet als krachtig middel binnen je aquafitnesslessen. Niet als achtergrond, maar als stuurinstrument voor tempo, motivatie en beleving.

ENVOZ begeleidt je hierbij met praktische handvatten en directe toepasbaarheid. Je ervaart zelf wat muziek doet met jouw les en leert hoe je dit structureel kunt verbeteren.

Voor wie is deze masterclass

Voor aquafitnessdocenten die:

- meer structuur en ritme in hun lessen willen
- hun deelnemers beter willen activeren
- hun lessen professioneler willen neerzetten
- muziek bewust willen inzetten in plaats van “op gevoel”

Herkenbare situaties uit de praktijk

Veel aquafitnesslessen maken gebruik van muziek, maar:

- het tempo sluit niet aan op de lesfase
- muziek ondersteunt de instructie onvoldoende
- overgangen voelen onrustig of onduidelijk
- deelnemers haken af in energie of motivatie

Gevolg: je les mist impact, structuur en beleving.

Wat je leert

Na deze masterclass:

- bouw je een aquafitnessles op met muziek als leidraad
- kies je muziek passend bij doelgroep en doel
- werk je met BPM voor structuur en ritme
- gebruik je muziek voor motivatie en energie
- stem je je instructie af op het ritme van de les

Resultaat voor jou in de praktijk

Je lessen:

- voelen strakker en professioneler
- hebben meer energie en flow
- sluiten beter aan bij je deelnemers
- zorgen voor meer plezier en betrokkenheid

En jij staat sterker en zelfverzekerder voor de groep.

Inhoud

Theorie (25%)

Muziek als stuurinstrument

- Invloed van muziek op gedrag, tempo en motivatie
- Van achtergrondgeluid naar didactisch hulpmiddel

Lesopbouw met muziek

- Warming-up: 110–125 BPM
- Kern: 125–140 BPM
- Cooling-down: 90–110 BPM

Doelgerichte muziekkeuze

- Aansluiten bij doelgroep en sfeer
- Structuur aanbrengen in playlists

Techniek en voorbereiding

- Werken met afspeellijsten
- Geluid, apparatuur en voorbereiding

Instructie en ritme

- Instructie geven op muziek
- Overgangen begeleiden met ritme

Praktijk (75%)

Lesopbouw in de praktijk (45 min)

- Opbouwen van een les met muziek
- Werken met fases en tempo

Bewegen op ritme (45 min)

- Synchronisatie van beweging en muziek
- Ervaren van tempo en flow

Motivatie en energie (45 min)

- Muziek inzetten voor groepsdynamiek
- Verhogen van betrokkenheid en plezier

Evaluatie en doorontwikkeling (45 min)

- Wat werkt wel / niet
- Optimaliseren van eigen muziekgebruik

Toelatingseis	Ervaring in het geven van aquafitnesslessen.
Duur	1 dagdeel waarbij 25% theorie en 75% praktijk.
Diplomerings	Na het succesvol afronden van de masterclass ontvang je digitaal het ENVOZ-certificaat Aquafit op muziek.
Plaats en planning	Zie de online cursusplanning of op maat incompany
Data + tijden	Klik hier om naar de online cursusplanning te gaan of op maat incompany
Kosten	Zie de actuele prijs op de website. Inclusief materialen en certificering. <i>(Organisaties met een licentie Erkend Zweminstituut Internationale Zwemdiploma's betalen een licentiehouders prijs. Ook deze bedragen zijn aangegeven)</i>
Aanmelden	Meld je via deze link aan op onze website. We hebben dan direct alle benodigde gegevens. Je ontvangt bij een correct ingevulde aanmelding een kopie hiervan in eigen mailbox. Uiterlijk een week voor aanvang van de masterclass ontvang je de definitieve bevestiging met benodigde informatie.
Voorwaarden	ENVOZ houdt zich aan de gedragscode en de algemene voorwaarden en het NRTO-keurmerk . Voor de consumentenmarkt is ENVOZ via de NRTO aangesloten bij de Stichting Geschillencommissie Consumentenzaken (SGC) . Voor zakelijke afnemers zijn de Algemene Voorwaarden B2B voor Training en Opleiding van toepassing.
Feedback	Wij doen ons uiterste best om eenieder goed van dienst te zijn. Toch is het mogelijk dat je ontevreden bent over onze dienstverlening. We nemen elke klacht serieus en willen weten wat er aan de hand is. Zo kunnen we onze dienstverlening verder verbeteren. Ben je tevreden? Ook dat horen we graag!

Over ENVOZ

ENVOZ is een instituut gespecialiseerd in opleidingen in de Zwembadbranche, Sport Recreatie. Wij verzorgen vakopleidingen sinds 1978. Naast opleidingen geeft ENVOZ een complete lijn Internationale Zwemdiploma's uit. Naast Nederland zijn wij actief in Zweden, België, Duitsland, Marokko, Suriname, Spanje, Caribische eilanden en Costa Rica.



De ENVOZ opleiding en diplomering 'internationaal Zwemonderwijzer ABC' is Europees gekwalificeerd op MBO3 niveau ([EQF/NLQF3](#))



ENVOZ is aangesloten bij de [IFSTA](#) (International Federation of Swimming Teachers Association) en heeft daarmee een wederzijdse samenwerking en erkenning in 22 landen.



ENVOZ heeft het keurmerk [NRTO](#) (Nederlandse Raad voor Training en Opleiding)



ENVOZ is geregistreerd in het [CRKBO](#) (Centraal Register Kort Beroeps Onderwijs)

Mens en milieu vormen de essentie van onze leefwereld; de essentie van ENVOZ.

Lees hier meer over op

<https://www.envoz.nl/over-envoz.html>