



### Trainers

Kurt Lobbstaël  
Stijn Goris  
Robbie Billen

### Topsportcoördinator

Reinout Van Schuylenbergh



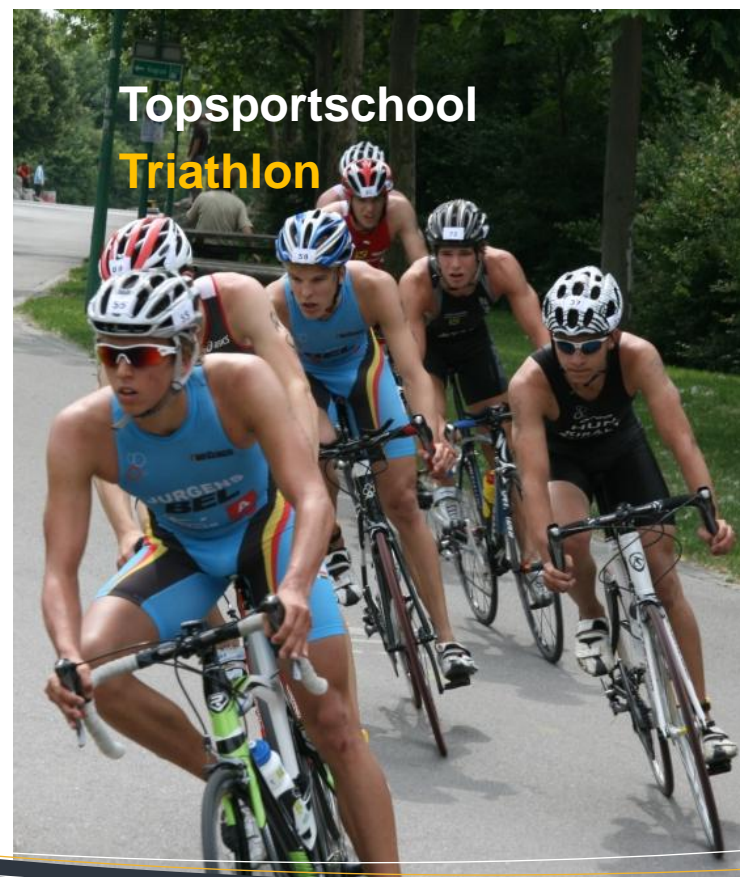
Foor



SUUNTO



Lotto



### Veel gestelde vragen

1. *Welke studierichting kan ik uit, na de topsportschool?*

De opleiding aan het KA Redingenhof is van een zeer goed niveau. Onze afgestudeerden zijn voldoende gewapend voor hoger onderwijs aan de Universiteit of Hogeschool.

2. *Word ik na de topsportschool nog verder opgevolgd?*

De VTDL heeft een Be Gold project voor topsportbeloften. Als atleet uit de topsportschool ben je bij uitstek voorbereid om de selecties voor het Be Gold project te behalen.

3. *Hoe kan ik me selecteren?*

Jaarlijks organiseren we selectiedagen waarop kandidaten zich kunnen voor aanmelden. Meer info hierover lees je op onze website.

4. *Wordt mijn clubtrainer nog betrokken in mijn begeleiding?*

De sportieve begeleiding gebeurt door de trainers van de topsportschool. Toch vinden we overleg met ouders en clubtrainers zeer belangrijk. Circa 6 maal per jaar worden infoavonden voor hen georganiseerd.



VTDL  
Diestsesteenweg 49  
3010 Kessel Lo  
[info@triathlon.be](mailto:info@triathlon.be)  
<http://vtdl.triathlon.be>  
016 – 47 49 32



TOPSPORTSCHOOL  
Redingenstraat 90  
3000 Leuven  
[www.karedingenhof.be](http://www.karedingenhof.be)  
[koenraad.hoevberghs@telenet.be](mailto:koenraad.hoevberghs@telenet.be)  
016- 31 97 10

*Als je droomt van de  
Olympische Spelen*

# Topsport en studie

TOPSPORTVOORBEREIDENDE TRAINING IN COMBINATIE MET EEN  
VOLWAARDIG STUDIEPROGRAMMA

*De topsportschool triatlon biedt een kwaliteitsvolle triatlonopleiding aan, gestuurd vanuit de Vlaamse Triatlon en Duatlon Liga en erkend door het Ministerie van Onderwijs.*

*De topsportleerling kiest voor een ASO, TSO of BSO opleiding in combinatie met topsporttraining triatlon. Deze opleiding bereid je voor op hoger onderwijs en een mogelijke topsportcarrière in triatlon.*

## Topsport en studies perfect combineren

### PROGRAMMA

Naast de theoretische opleiding van 20 uur worden 15 à 20 uur triatlontraining aangeboden. De inhoud van deze trainingsuren worden bepaald door de VTDL. Naast de zwem-, fiets- en looptrainingen is er ook ruimte voor techniektraining, preventietraining, stabilisatietraining en mentale training. Jaarlijks werken we ook stages af en nemen we deel aan internationale wedstrijden.

### INTERNAAT

De leerlingen van onze topsportschool verblijven allen op het internaat. Dit is de ideale manier om het school- en trainingsprogramma vlot te kunnen combineren. Het internaat is specifiek aangepast aan de topsporters en is voorzien met ontspanningsmogelijkheden, WIFI, PC's, ...

Ook de maaltijden zijn aangepast aan de topsporters en worden door onze diëtisten samengesteld en gecontroleerd.

### Topsporttraining

Het trainingsprogramma aan de topsportschool bereid voor op een loopbaan als toptriatleet op de Olympische afstand.

### Volwaardig studieprogramma

Aan de topsportschool wordt een volwaardig studieprogramma aangeboden:

- TSO Topsport
- ASO Wetenschappen Topsport
- ASO Moderne talen Topsport
- ASO Wiskunde Topsport

Door de kleinere klassen en de intensievere studiebegeleiding worden de eindtermen aan een sneller tempo bereikt.

### Individuele begeleiding

De topsportschool voorziet in individuele begeleiding op sportief vlak en op studievlak.

Onze trainers staan borg voor een trainingsprogramma op maat. We doen ook beroep op de KUL en wetenschappelijke experts voor sportwetenschappelijk advies.

Er zijn mogelijkheden van inhaallessen of zelfs uitbreidingspakketten voor de zeer sterke studenten. Op die manier ben je optimaal voorbereid als topsporter én als student.

De topsportschool Triathlon: een eerste stap op weg naar de Spelen...

