

Voor Buurtsportvereniging De Mussen zijn wij op zoek naar een vrijwilliger voor de begeleiding van de fitness om mensen op een laagdrempelig niveau te begeleiden en te trainen. Ben jij op zoek naar een leuke functie in de fitness en ben jij een echte 'fitness enthousiasteling' die zijn/haar kennis wil verbreden? Dan hebben wij een leuke baan voor jou! Buurtsportvereniging De Mussen is per direct op zoek naar:

### **Fitness begeleider voor een vrouwengroep**

*4 tot 8 uur per week waarvan 2 uur op vrijdag ochtend, met mogelijke uitbreiding van uren in de toekomst.*

### **Buurtcentrum De Mussen**

De Mussen is het oudste Buurtcentrum van Nederland en bevindt zich in het hart van de Schilderswijk in Den Haag. Wekelijks wordt De Mussen bezocht door ruim 2000 buurtbewoners van alle leeftijden en verschillende etnische achtergronden.

De Mussen biedt kinderen, jongeren en hun ouders in de wijk kansen op ontwikkeling. Dit doen wij door activiteiten te ontwikkelen en aan te bieden op het gebied van Participatie, Kunst & Cultuureducatie, Gezondheid & Bewegen en Natuur & Techniek. De Mussen is een inspirerende plek waar buurtbewoners elkaar kunnen ontmoeten en hun talenten kunnen ontdekken.

De Mussen heeft in 2015 Buurtsportvereniging De Mussen (verder BSV De Mussen) opgericht. BSV De Mussen heeft een jeugd- en volwassenen afdeling. Voor de afdeling volwassenen zijn we op zoek naar een Buurtsportcoach. De Buurtsportcoach Volwassenen heeft als doel:

- Inactieve volwassenen in de Schilderswijk stimuleren tot deelname aan sport- en beweegactiviteiten.
- Het doorverwijzen van buurtbewoners naar sport- en beweegactiviteiten en eventuele passende zorgverlening.
- Het organiseren en coördineren van sport- en beweegaanbod bij BSV De Mussen.

### **Taken**

- Verzorgen van fitness aan vrouwelijke sporters van alle niveaus.
- Adviseren, begeleiden en informeren van vrouwelijke sporters bij het gebruik van fitnessapparatuur.
- Vragen beantwoorden die betrekking hebben op bijv. oefeningen, lichaamsbewegingen of een trainingsschema.
- Uitleggen van oefeningen, lichaamsbewegingen, vaardigheden of de aanpak.
- Observeren van vaardigheid en conditie van sporters en op basis hiervan sporters adviseren over hun oefenschema, het schema aanpassen indien nodig.
- Bewaken van de veiligheid van de sporters, indien noodzakelijk eerste hulp verlenen.

### **Functie-eisen**

Wij zoeken collega's met:

- Minimaal 5 jaar ervaring in het beoefenen van fitness, het liefst in combinatie met een opleiding of cursus voor fitnessbegeleider
- Een sportieve, flexibele en gastgerichte instelling
- Een proactieve houding, je bent communicatief sterk en bent sociaal ingesteld.

**Wat biedt De Mussen?**

- Een informele werksfeer met enthousiaste, gemotiveerde collega's
- Een plek om je passie over te brengen
- Een passende vrijwilligersvergoeding

**Heb je interesse?**

Ben jij die gemotiveerde vrijwilliger en wil jij graag ons team komen versterken?

Mail je reactie met motivatie en eventueel een CV naar:

Naam: Martin Breas, buurtsportcoach volwassenen

E-mailadres: [martin.breas@demussen.nl](mailto:martin.breas@demussen.nl)

Tel: 06-30010426