

UFW KARDO MASTER

Opleiding

UFW International



Colofon

Teksten:

UFW International

Vormgeving:

Smeckdesigns

Uitgever:

UFW International

Eerste druk 18 december 2017

© 2017 UFW International

UFW International

Website www.ultimatefightworkout.org

E-mail office@ufw-international.org

KvK 24426987

Behoudens uitzondering door de wet gesteld mag, zonder schriftelijke toestemming van de rechthebbende(n) op het auteursrecht, c.q. de uitgever van deze uitgave door de rechthebbende(n) gemachtigd namens hem (hen) op te treden, niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of anderszins, hetgeen ook van toepassing is op de gehele of gedeeltelijke bewerking. De uitgever is met uitsluiting van ieder ander gerechtigd de door derde verschuldigde vergoeding voor kopiëren, als bedoeld in art. 17 lid 2. Auteurswet 1912 en het KB van 20 juni 1974 (Stb. 351) ex artikel 16b, te innen en/of daartoe in en buiten



INHOUDSOPGAVE

| | |
|--|---|
| 1.0 Inleiding | 4 |
| 1.1 Over UFW..... | 4 |
| 1.2. Betekenis KARDO..... | 5 |
| 2.0 Inhoud van de opleiding | 6 |
| 2.1 Methodiek en Didactiek..... | 6 |
| 2.2 Beleving Muziek..... | 6 |
| 2.3 P.E.P. (Peak Emotion Programm) | 6 |
| 2.4 Inspireren..... | 6 |
| 2.5 (Club-)Management..... | 6 |
| 3.0 Presenterprijs | 6 |
| 4.0 Ervaring en vooropleiding | 7 |



INLEIDING

Informatie in het kort:

| | |
|-----------------------------------|---|
| <i>Locatie</i> | : Münster |
| <i>Eerst mogelijke startdatum</i> | : 19 mei 2018 |
| <i>Duur</i> | : 4 opleidingsdagen 1 examendag |
| <i>Investering</i> | : € 549,- (Early Bird) t/m 31 maart 2018 € 599,- (Regular) t/m 30 april 2018 € 649,- (Last Minute) vanaf 1 mei |

1.0 Inleiding

Deze opleiding is bedoelt voor zeer ervaren instructeurs die op het hoogste niveau willen leren lesgeven. Je beheerst de kunst van het presenteren en coachen en wilt jezelf verder ontwikkelen in het creëren van unieke workouts met een hoge belevingswaarde.

Waar je wellicht als beginnende instructeur vooral bezig bent met choreografie, combinaties en dus het grootste gedeelte met de inhoud, zal je als gevorderde instructeur je voornamelijk bezighouden met het creëren van beleving en sfeer. Lesvoorbereiden doe je in mum van tijd en ook het uitdragen hiervan gaat jou moeiteloos af. Nu is dan de volgende stap je te verdiepen in de emotionele waarde van de klant gedurende jouw les. Je leert dan ook tijdens de opleiding op een weldoordachte wijze een sfeercurve toe te passen, die iedere workout de belevingswaarde naar het maximale brengt.

“Klanten vergeten de inhoud, maar onthouden het gevoel...”

1.1 Over UFW

De UFW wereld organisatie is opgericht in 2013 en inmiddels in 6 landen actief : Frankrijk, Duitsland, Mexico, Marokko, België en Nederland. De groei streeft de huidig gestelde doelen voorbij en wij zijn er dan ook trots op dat UFW, mensen van over de hele wereld samenbrengt om deze gezamenlijke passie te delen ongeacht afkomst en/of geloof.

Na het volgen van een UFW opleiding ligt er dus een hele nieuwe wereld voor je open.



UFW Staat voor :

Ultimate
Fight
Workout

Het doel van UFW is om zoveel mogelijk mensen met elkaar te verbinden die dezelfde passie delen als het gaat om vechtsport als conditietraining. Om dit doel te realiseren is de focus volledig gericht op de ondersteuning van de instructeurs en haar deelnemers in de 4 concepten van UFW, te weten :

- UFW Kardo
- UFW Kickbag
- UFW Kickboxing
- UFW Boxing

Wij doen dit door wereldwijd opleidingen, workshops, examens en grootschalige evenementen te organiseren.

1.2. Betekenis KARDO

Kardo is een samenvoeging van de woorden “CARDIO” en “KARATE” . Kort samengevat is Kardo dus; een cardiovasculaire workout op muziek waarbij gebruik wordt gemaakt vechtsporttechnieken. In de opleiding zal dieper worden ingegaan op betekenis en filosofie van Kardo.

Wil je jezelf echter al vooraf meer hebben verdiept in de filosofie, ga dan naar de onderstaande site :

<https://www.ultimatefightworkout.org/kardo-filosofie/>



2.0 Inhoud van de opleiding

2.1 Methodiek en Didactiek

Gevorderde aanleer- en opbouwmethodes

AANLEER METHODES 1) Slow Motion
 2) All At Once
 3) One After One

OPBOUW METHODES 1) Add On
 2) Bridge
 3) 1st and 2nd Round

2.2 Beleving Muziek

- werken op 32 tel structuur
- omgaan met climaxrollen
- Zelf creëren van climaxen gedurende je workout
- effectief gebruik van volume en pitch
- Muziek interpretatie

2.3 P.E.P. (Peak Emotion Programm)

- Lesvoorbereiding in sfeer en beleving
- Creëren van het ultieme WOW! Gevoel
- Effectief sturen en remmen van emoties bij klanten
- Toepassing sfeer(emotie) curve

2.4 Inspireren

- Inspirerend speechen
- Techniek perfectie
- Overtuigingskracht vergoten

2.5 (Club-)Management

- Extra omzet genereren door middel van workshops en examens
- Kant en klare managementplanning incl.
 - * Techniek Workshops
 - * Techniek Examens (opbouw en inhoud)
 - * Jaarplanning (*advies, naar eigen inzicht aan te passen*)
 - * Brieven
 - * Promotieteksten

3.0 Presenterprijs

UFW wilt jou de kans geven en de “deuren” openen om internationaal presenter te worden! Tijdens de opleiding wint examenkandidaat met de hoogste cijfers de UFW PRESENTERPRIJS.



Win jij deze prijs, dan gaan wij jou verder ondersteunen en jouw droom als internationaal presenter realiseren. Je zal dan les gaan geven op kosten en incl. vergoeding van UFW in ;

- Nederland
- Mexico
- Marokko
- Duitsland
- Frankrijk
- België
- Tunesië

4.0 Ervaring en vooropleiding

Om deel te nemen aan deze opleiding dien je als Advanced Instructor Level 2 te zijn geregistreerd bij UFW. Echter...je kunt jezelf ook laten registreren als je bij een andere organisatie bent gediplomeerd;

