



Nederlandse  
Padelbond

# Padel instructeur cursus (Level 1)



*Versie augustus 2018*

Padel. Lifts you up

De Nederlandse Padelbond (NPB) is verteg enwoordiger van padel in Nederland en lid van de International Padel Federation (FIP).

Meer informatie op [www.padelbond.nl](http://www.padelbond.nl)

## Nederlandse Padelbond

De Nederlandse Padelbond (NPB) heeft 100% passie voor padel. De NPB promoot padel en koestert de aard en herkomst van de sport. De NPB is verantwoordelijk voor het promoten en bewaken van de padelsport. De NPB draagt de unieke padelcultuur uit en bevordert de mogelijkheden om padel te beoefenen in Nederland. De NPB is namens Nederland lid van de Federation International de Padel (FIP). Er zijn 35 landen lid van de FIP en er zijn meer dan 12 miljoen spelers wereldwijd. De NPB kan dankzij haar FIP lidmaatschap deelnemen aan internationale toernooien zoals het Europees en Wereldkampioenschap.

## Waarom Level 1 instructeur cursus

Om padel op de juiste wijze over te brengen, verzorgt de NPB deze opleiding tot padel-instructeur. Zoals onlangs door de Europese padelbonden [verklaard](#), is padel een onafhankelijke racketsport, met eigen karakteristieken, regels en kwaliteiten, gewaarborgd door eigen instituties. Padel is geen hybride of variant van welke racketsport dan ook. Padel = padel. Want wil je padel, [dan verdien je padel](#).

Met opgeleide padel-instructeurs kunnen we meer mensen bereiken om kennis te laten maken met padel ten behoeven van de breedtesport. Daarnaast wordt de herkomst en aard van de sport padel gekoesterd en de cultuur bewaakt. Dan groeit de sport verder en verder, met een eigen identiteit, 100% padel passie en een plezierige en sociale community.

Tijdens deze opleiding leer je hoe padel over te brengen op studenten, om anderen hun niveau te verhogen en te inspireren. En het belangrijkste, je leert hoe clubs hun banen bezet kunnen houden. Gedurende deze opleiding krijg je een compleet kennispakket om een allrounde padel-instructeur te worden. De cursus is bedoeld om zowel beginners als gevorderde spelers (met en zonder racketervaring) les te geven. De cursus omvat originele en bewezen leermethoden, die sinds 1986 zijn (door-)ontwikkeld. Daarnaast worden unieke concepten, strategische en marketing aspecten van de sport behandeld, om te slagen als padel-instructeur zowel op als naast de baan. Als deelnemer ga je vanuit het perspectief van padel kijken om de sport beter te begrijpen en te analyseren als solide basis om padel aan anderen te leren.

## Voor wie is deze cursus?

Deze cursus is bedoeld voor (racket) sportinstructeurs die hun kennis willen verbreden door padelles te gaan geven. Bij inschrijvingen wordt o.a. gekeken naar:

- Niveau van de potentiële cursist (in andere racketsporten)
- Goede fysieke conditie. Team spirit, flexibiliteit en leergierigheid
- Kennis van Engelse taal
- Pre: in bezit van racketsport diploma als docent (of andere sport)

## Wanneer is de cursus

Per jaar wordt er een programma bekend gemaakt door de NPB met opleidingsdata, opgeef mogelijkheden etc. Dit is een losse publicatie. Kijk op de website voor huidige data. **Certificatie**

Aan het einde van de cursus krijgen deelnemers de kans om een theorie en praktijk examen af te leggen. Gecertificeerde padelleraren zijn erkend door de Nederlandse Padelbond (NPB). De NPB is lid van de internationale padelbond (FIP). De FIP is aangesloten bij de Global Association of

Internationals Sports Federations (GAISF), voorheen SportAccord. Er zijn nu 35 landen aangesloten bij FIP.

## Kosten

Per deelnemer € 795. Licentie verplicht.

Indien benodigd, 2<sup>e</sup> examen: € 55 per deelnemer. **Contact**

Naam	Functie	E-mail	T
Norberto Nesi	Opleider / Trainer		
Mathijs ter Haar	Bonds bureau medewerker	<a href="mailto:bonds bureau@padelbond.nl">bonds bureau@padelbond.nl</a>	06-25397741

## Inschrijfformulier

Voornaam:

Achternaam:

Adres:

Postcode:

Woonplaats:

Tel nr:

Geboorte datum:

Emailadres:

Racketsport ervaring/ certificaten/ speelsterkte:

Waarom wil je deze opleiding volgen?

Ondergetekende geeft zich hierbij op voor de cursus in regio:

Handtekening:

datum:

Stuur dit getekende formulier naar [bonds bureau@padelbond.nl](mailto:bonds bureau@padelbond.nl)

## Algemene voorwaarden - Nederlandse Padelbond

1. Uitsluitend volledig ingevulde en ondertekende inschrijfformulier zullen in behandeling worden genomen.
2. Recht op deelname aan een cursus van de Nederlandse Padel Academie ontstaat pas na ontvangst van het cursusgeld.
3. Door ondertekening van het inschrijfformulier is men een betalingsverplichting aangegaan, ook al maakt men geen gebruik van het recht tot deelname aan de cursus.
4. Deelname aan enige cursus is persoonsgebonden en niet overdraagbaar.
5. Cursusdagen en of tijden, om welke reden dan ook verzuimd, zijn voor rekening en risico van de cursist.

### Trainers beschikbaar voor cursussen zijn:

- Norberto Nesi; bondscoach Nederlandse Padelbond (Dames, Heren en Veteranen NL Teams) WK 2014 Mallorca, EK 2015 Nederland, WK Qualificaties 2016 Litouwen, EK 2017 Portugal, Veteranen Toernooi 2017 België), padelinstructeur en padelcoach van veel van de beste padel spelers in West-Europa. WK Supervisor namens International Padel Federation bij WK Jeugd 2017. Gecertificeerd door de prestigieuze Argentijnse Padel Federatie. Auteur van padel gerelateerde artikelen. Padel speler sinds 1986. Is opgegroeid met padel in zijn geboorteland Argentinië.
- Maximo Castelote; legendarisch padelinstructeur. Coach van top tien pro internationale padel spelers als Juani Mieres, Miguel Lamperti, Maxi Grabiël, Matías Días en Cristian Gutierrez. Directeur van clubs en padelscholen in Argentinië, Brazilië en Spanje.
- Lucas Eslava; professioneel padel speler, top 20 teamspeler op de wereldranglijst in 2010. Onderdeel van het prestigieuze PPT circuit. Hij is directeur van een aantal padelclubs in het zuiden van Spanje.

Copyright © 2007 Norberto R. Nesi. Alle rechten voorbehouden.

1<sup>e</sup> editie 2014

2<sup>e</sup> editie 2015

3<sup>e</sup> editie 2016

4<sup>e</sup> editie 2017

5<sup>e</sup> editie 2018

*Grateful acknowledgements to all that supported the project and mentored me, especially at the beginning, when bringing padel to The Netherlands and making it bigger was just a dream. Also to those that said it was not possible. Fortunately, I was so stubborn. I did not listen.*

*Norberto R. Nesi*

## Veel gestelde vragen

### **Krijg ik voor het volgen van deze cursus PO punten voor een andere Nederlandse sportbond?**

Op dit moment niet. Het doel van deze cursus is om kennis over te brengen op de studenten zodat zij padel trainingen kunnen geven, spelers enthousiast kunnen maken over de sport en de baanbezetting kunnen verhogen.

### **Is dit diploma geldig in andere landen?**

Dit diploma is geen werkvergunning. Elk land heeft zijn eigen regels. De padel instructeur diploma geeft aan dat je hebt deelgenomen aan de cursus en een minimum niveau van kennis hebt bereikt. Dit zou als een positief aspect van je cv moeten worden beschouwd wanneer je aanvraag doet naar een positie binnen een club in het buitenland. Dit diploma is geaccepteerd door leden van de Nederlandse Padelbond.

### **Wat voor diploma krijg ik wanneer ik deelneem aan de cursus?**

Als je slaagt voor het examen krijg je een officiële certificering van goedkeuring van de Nederlandse Padelbond.

### **Moet ik slagen voor het examen?**

Ja, er wordt de mogelijkheid geboden om een examen af te leggen. Dit examen bevat verschillende onderdelen, inclusief theorie en praktisch.

### **Wat gebeurt er als ik niet slaag voor het examen?**

Je kunt in overleg met de instructeur een datum en tijd afspreken voor het herexamen.

### **Welke lesmethode wordt er tijdens deze cursus gebruikt?**

We gebruiken twee methoden. Om les te geven aan echte beginners gebruiken we het 'per onderdeel systeem'. Dit systeem heeft zich in Argentinië en Spanje bewezen als meest effectieve systeem voor beginners. Voor het les geven aan leerlingen met ervaring in andere racketsporten (die een hogere mate van coördinatie demonstreren) gebruiken we een globale methode. Afhankelijk van de situatie zal je bepalen welke methode hier het beste bij past. We gebruiken goed bewezen no-nonsense vormen. We geven les vanuit het perspectief van padel, dit is uniek in Nederland.

### **Waarom is de cursus in het Engels?**

Padel is nog een kleine sport in Nederland. Er is bijna geen beschikbare documentatie in het Nederlands. Daarnaast zijn er amper tot geen gecertificeerde instructeurs die naast Spaans ook vloeiend Engels spreken, laat staan in het Nederlands.

### **Moet ik weten hoe ik padel speel voor ik deelneem aan de cursus?**

Vooraf weten hoe je padel speelt zal je uiteraard helpen bij het volgen van de cursus, maar het is niet verplicht. Als je geen ervaring hebt met het spelen van padel, zul je ervaring moeten hebben op redelijk niveau in een andere racketsport.

### **Is er een voorgeschreven literatuur?**

Ja, tijdens de opleiding ontvang je een handleiding. Daarnaast adviseren we het boek '1001 Games and Exercises of Padel' van Juanjo Moyano Vazquez en 'Common Sense' van Nito Brea.

### **Moet ik een gecertificeerde sport instructeur (squash, badminton, tennis, etc) zijn om deel te mogen nemen aan deze opleiding?**

Je hoeft geen sport instructeur te zijn om deel te nemen aan de opleiding. Echter, een diploma als sport instructeur (of reeds bestaande kennis van didactiek en pedagogie) zullen de opleiding aanvullen en je verder helpen in de ontwikkeling.

## Wie zijn de instructeurs?

Norberto Nesi, Maximo Castellote en/of Lucas Eslava. Trainers/spelers die meer dan 25 jaar betrokken zijn bij padel.

## Inhoud

Doelen van deze opleiding  
Geschiedenis, herkomst en toekomst van padel  
Ontdekking en creatie  
Verspreiding en evolutie  
Consolidatie  
Verspreiding wereldwijd  
Vandaag  
International Padel Federation  
Geschiedenis  
Heden  
Toekomst  
Competities  
De rol van immigratie voor verspreiding wereldwijd  
Padel in Nederland  
Geschiedenis  
Nederlandse Padelbond  
Clubs en hun ervaringen  
Toekomst  
Status NOC\*NSF & KNLTB  
Regels van de sport  
Voor alle aspecten met betrekking tot deze sectie, bestudeer de regels van padel  
De baan, het racket en de bal  
De baan  
Hekwerk en wanden  
Ondergrond  
Coaching: advies en instructies tijdens wedstrijden  
Het racket  
Banen in Nederland: Plexiglas? Hekwerk?  
De bal – padelbal vs tennisbal  
Concept van de sport  
Hoe speel je padel  
Tactische doelen en dynamiek van de sport  
Padel is judo, aikido en sumo met een racket  
Is het spelen in Spanje hetzelfde als het in andere landen?  
Punt, gedwongen fout, ongedwongen fout, statistieken van de sport  
Zones van het veld  
Posities van de spelers  
Waar moet je staan op het veld, wanneer je verdedigt?  
Waar moet je staan op het veld, wanneer je aanvalt?  
Concept van aanval en verdediging  
Aanvallen en verdedigen – bewegen als een blok  
De padel instructeur  
Profiel, rol, doelen en kansen in Nederland  
Uitdagingen in Nederland  
De markt

De clubs  
De generale waarneming: is padel mini-tennis?  
Waarom padel?  
Technische kennis  
De grip  
Waarom gebruiken we vooral de Continental Grip?  
Hoe pak je het racket vast in Continental Grip?  
Effecten: slice, vlak, topspin  
Waar de bal te spelen, op welk moment  
Posities op de baan: rechter speler of linker speler?  
Bewegen binnen de padelbaan  
Hoe leer je padel aan iemand  
Methodologie  
Trainingsrichtingen  
Type oefeningen  
Plannen van een oefening  
Basis technieken: overzicht en leeraspecten  
Service  
Return  
Volley  
Forehand  
Backhand  
Forehand via de wand  
Backhand via de wand  
Lob  
Lob via de wand  
Verdedigen van de hoeken  
Smash  
Bandeja  
Snake smash  
Power smash  
Conceptuele oefeningen  
Zones op de baan: rood, geel en groen  
Strategie en tactiek  
Introductie van strategie en tactiek  
De identiteit van een padel speler  
Hoe evalueer je de capaciteiten van je tegenstander  
Hoe controleer je de 'volume van het spel'  
Wisselen van snelheid  
Serveren in Australische opstelling  
Tactische return van de service  
Kiezen van de goede smash  
Bibliografie  
Over de schrijver