



BACHELOR

**SPORT EN BEWEGEN**

**BEWEEG** SNELLER DAN  
JE TOEKOMST

2026 - 2027

**howest**  
/ hogeschool

## » OP DE COVER



### Armande Maes Bernaert

Ik koos voor de opleiding Sport en Bewegen vanwege de praktijkgerichte en persoonlijke aanpak. Ik ben graag actief bezig en stilzitten in een aula is niets voor mij. Op de Sportinnovatiecampus voel ik me helemaal thuis. De faciliteiten, zoals een fitnessruimte, atletiekpiste en zelfs een klimzaal, passen perfect bij de opleiding.

De brede basis van de opleiding geeft me de kans om te ontdekken waar mijn passie ligt. Dankzij de focus op nieuwe technologieën voel ik me goed voorbereid op de toekomst.



## SPORT & BEWEGEN

### » IETS VOOR JOU? Doe de check!

- Ben je graag **actief** bezig?
- Wil je anderen aan het **sporten en bewegen** krijgen?
- Wil je **mensen begeleiden** om fit en gezond te zijn?
- Heb je een **hands-on mentaliteit** en leer je graag door te doen?
- Ben je nieuwsgierig naar **de nieuwste innovaties** in sport- en beweegland?
- Wil je werken in een sector met **uiteenlopende carrièremogelijkheden**?



### 1,2,3 actie!

Ben jij altijd in beweging en droom je ervan om anderen ook te laten sporten? Dan is de bachelor Sport en Bewegen echt iets voor jou! Met een mix van theorie en praktijk leer je hoe je sporters en groepen verantwoord begeleidt, van recreanten tot bedrijven die beweging stimuleren op het werk.

Sport en gezondheid zijn belangrijker dan ooit. Of je je nu wil verdiepen in fitheid en gezondheid, postrevalidatie, prestatiesport of beleidsondersteuning, deze opleiding geeft je alle tools voor een actieve toekomst. Klaar voor de start? 1, 2, 3, actie!

### Praktijkgericht en gevarieerd

Wil je mensen professioneel trainen en coachen naar een actievere levensstijl? Neem je graag initiatief om sport- en beweegactiviteiten te organiseren? Dan is de opleiding Sport en Bewegen iets voor jou.


We combineren theorie met heel veel praktijk. Je leert werken met slimme tools zoals sporthorloges, hartslagmeters, apps en wearables en zet die kennis meteen om in de praktijk met echte cases, evenementen en stages. Kleine klasgroepen, ervaren lectoren en topfaciliteiten zorgen ervoor dat jij het beste uit jezelf haalt. Klaar om de wereld in beweging te brengen?


### Sport en beweging als motor voor gezondheid

Bewegen is zoveel meer dan sporten: het verbetert niet alleen je fysieke conditie, maar ook je mentale welzijn. Tijdens deze opleiding leer je hoe je mensen op een slimme, creatieve en doordachte manier uit hun comfortzone haalt. Of je nu werkt met sportliefhebbers, bedrijven of specifieke doelgroepen, je maakt écht het verschil in hun levenskwaliteit.

# » STUDIEPROGRAMMA 2026-2027

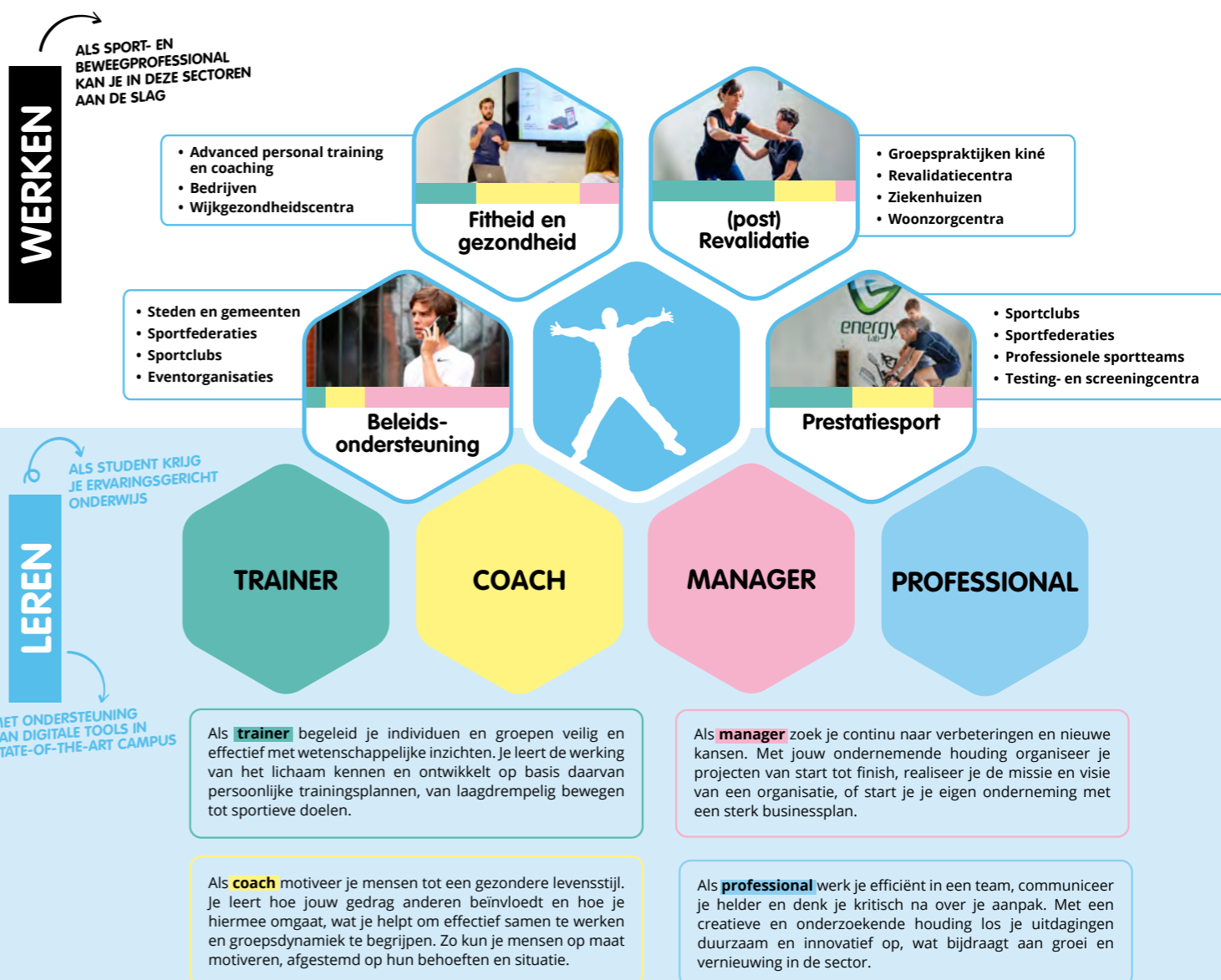
SEMESTER 1	SEMESTER 2	SEMESTER 3	SEMESTER 4	SEMESTER 5	SEMESTER 6
<b>Sportvaardigheden A</b> (3 SP) gamebased - ritmiek - BeFit	<b>Sportvaardigheden B</b> (3 SP) aqua - body & mind	<b>Sportvaardigheden C</b> (3 SP) gamebased - ritmiek - BeFit	<b>Beweegtherapie &amp; EHBO</b> (3 SP)	<b>Sportvaardigheden D</b> (3 SP) aqua - climb & combat - BeFit	<b>Sportinnovatieproject</b> (3 SP)
<b>Anatomie</b> (3 SP)	<b>Uithouding</b> (3 SP)	<b>Testing &amp; (re)training</b> (6 SP)	<b>Trainings- &amp; coachings- verdieping</b> (6 SP)	<b>Coachings- &amp; trainings- project</b> (9 SP)	<b>Afstudeerstage</b> (15 SP)
<b>Fysiologie</b> (3 SP)	<b>Kracht</b> (6 SP)	<b>Doelgroepgericht bewegen</b> (6 SP)	<b>Sportmanagement</b> (3 SP)	<b>Sportsociologie</b> (3 SP)	
<b>Voeding &amp; leefstijl</b> (6 SP)	<b>Leningheid, snelheid &amp; coördinatie</b> (3 SP)		<b>Sport Business Project</b> (6 SP)		
<b>Sport- en spelcoaching</b> (6 SP)	<b>Trainingsorganisatie</b> (3 SP)	<b>Groepsdynamica</b> (3 SP)	<b>Stage</b> (6 SP)		
	<b>Sportpsychologie</b> (3 SP)	<b>Motiveren tot gedrags- verandering</b> (6 SP)			
<b>Levensloop- psychologie</b> (3 SP)	<b>Gespreksvaardig- heden</b> (3 SP)		<b>Interprofessioneel samenwerken in de gezondheidssector</b> (3 SP)	<b>Bachelorproef</b> (3 SP)	<b>Bachelorproef</b> (9 SP)
<b>Persoonlijke ontwikkeling</b> (3 SP)	<b>Eventorganisatie</b> (3 SP)	<b>Sport Business Project</b> (3 SP)	<b>Onderzoek &amp; innovatie</b> (3 SP)	<b>Vrije keuze</b> (3 SP)	
<b>Professionele communicatie</b> (3 SP)	<b>Sectorverkenning</b> (3 SP)	<b>Sportpromotie</b> (3 SP)			

 Kortlopende mobiliteit: binnen deze vakken kan je kiezen voor een kortlopende buitenlandse ervaring.

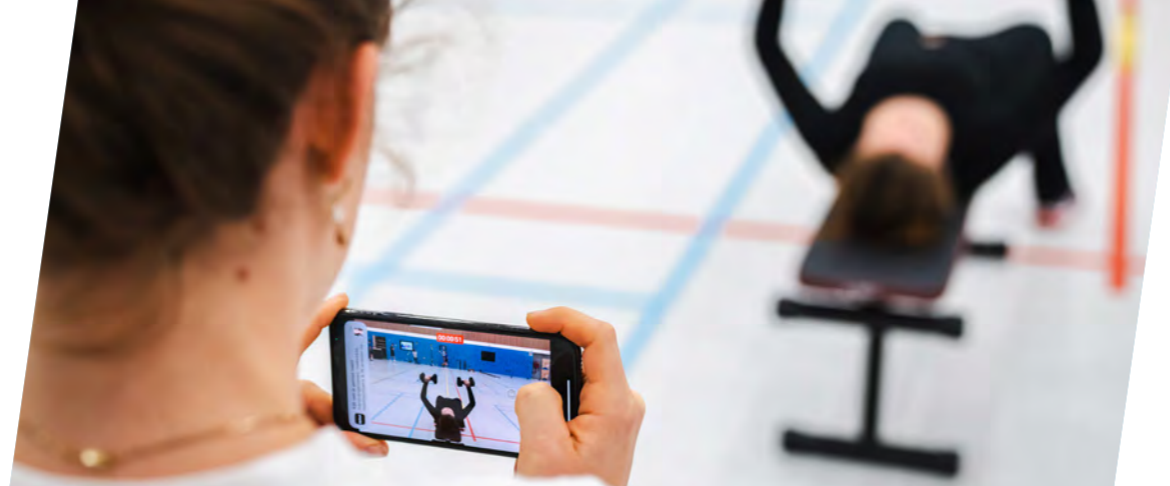
 Langlopende mobiliteit: binnen deze semesters kan je kiezen voor een buitenlandse studie of stage.

Programma onder voorbehoud

# » ONTDEK DE LEERLIJNEN van ons programma!



Meer weten over **studiepunten**? Surf naar [www.howest.be/studiepunten](http://www.howest.be/studiepunten)



## » WAAR KOM JE LATER TERECHT?

Met een diploma in Sport en Bewegen zijn er heel wat mogelijkheden in het werkveld. Hier zijn enkele richtingen waarin je aan de slag kunt:

- **Fitheid en gezondheid:** Werk als advanced personal trainer of coach in bedrijven, wijkgezondheidscentra of voor mutualiteiten.
- **Postrevalidatie:** Ondersteun mensen in hun herstel in groepspraktijken voor kinesitherapie, revalidatiecentra of ziekenhuizen.
- **Prestatiesport:** Werk met (competitie)sporters in sportclubs, sportfederaties, professionele sportteams of in testing- en screeningcentra.
- **Beleidsondersteuning:** Draag bij aan sportbeleid in steden en gemeenten, sportfederaties, sportclubs of eventorganisaties en aan veiligheids- en belevingsmanagement in avontuursportorganisaties.

### Verder studeren?

Je kan binnen Howest een verkort traject volgen naar de bachelors Ergotherapie, Secundair Onderwijs Lichamelijke Opvoeding of Toegepaste Gezondheidswetenschappen.



## » AAN HET WOORD



**Marie Hubrecht**  
**Student**

2<sup>de</sup> jaar Sport en Bewegen

“Ik koos voor de richting Sport en Bewegen omdat dit perfect aansluit bij mijn middelbare studies in LO-Sport. Sport speelt een grote rol in mijn leven; ik ben erg sportief en alles wat met sport te maken heeft, vind ik bijzonder interessant. Howest sprak me aan omdat deze opleiding daar uniek is en ik me tijdens de opendeurdagen welkom voelde. Bovendien kreeg ik positieve feedback van vrienden die daar studeren, wat mijn keuze nog meer versterkte.”



**Yente Dourte**  
**Afgestudeerde**

Performance coach

“Als performance coach combineer ik mijn passie voor sport met wetenschappelijke inzichten. De stevige basis die ik daarover heb vanuit mijn opleiding bouwde ik verder uit bij Pulso-Preventielab en nu in XPerformance, de coachingspraktijk die ik zelf oprichtte. Ik begeleid zowel wielrenners als motorcrossers, van recreatief tot professioneel niveau, met persoonlijke trainingsprogramma's en gerichte testings en analyses. Daarnaast werk ik aan gezondheidsprojecten voor bedrijven en run ik samen met mijn vrouw Souplesse Cycling, ons eigen merk stijlvolle wielerkleding. Mijn doel? Mensen helpen om beter te presteren en zich goed te voelen, op en naast het sportveld.”



**Karen Pollefeyt**  
**Werkveld**

Beweegpunt Izegem

“De samenwerking met de professionele bacheloropleiding Sport en Bewegen is voor Beweegpunt Izegem een grote meerwaarde. Dankzij hun gedegen opleiding sluiten de stagiairs perfect aan bij onze activiteiten: personal training, groepslessen, in company training, postrevalidatie, training@home en workshops & events. Het is een win- win: de stagiairs doen waardevolle praktijkervaring op en wij kunnen rekenen op hun enthousiasme en inzet. Enkelen maken intussen deel uit van ons vaste team. Via de werkveldcommissie houden we ook samen de opleiding up-to-date, afgestemd op wat het werkveld nodig heeft. Deze samenwerking versterkt ons beiden.”

## » ONTDEK ONZE CAMPUSSEN IN BRUGGE

### Bruisende campussen

De meeste lessen vinden plaats in de Sportinnovatiecampus, een modern sportcomplex van Howest en Sport Vlaanderen met vijftien sportzalen. Hier kun je fitnessen, squashen, muurklimmen en nog veel meer. Buiten zijn er een Finse piste, atletiekbaan, voetbalveld, wielerpiste, skeelerpiste, en basketbal- en volleybalterreinen. De campus is ideaal voor zowel lessen als ontspanning. Moderne technologieën, zoals VR in de SportsCube for Active Gaming en live feedbackcamera's, verbeteren de leerervaring tijdens praktijkgerichte sessies.

### Topstad voor studenten!

Brugge heeft alles in huis om je studententijd onvergetelijk te maken. Hippe koffiebars, gezellige cafés, sfeervolle pleinen en tal van evenementen, hier valt altijd iets te beleven. De warme en gastvrije sfeer van de stad zorgt ervoor dat je je hier meteen thuis voelt. Bovendien zijn alle belangrijke plekken gemakkelijk te voet of met de fiets bereikbaar, waardoor je in no time kunt genieten van alles wat deze prachtige stad te bieden heeft.



## » DAAROM KIEZEN ONZE STUDENTEN VOOR HOWEST



### Persoonlijke begeleiding

Bij Howest staan de lectoren altijd voor je klaar. Ze zijn vlot aanspreekbaar en kennen je bij naam. Met aandacht voor jouw persoonlijke groei, begeleiden ze je door je hele studietraject. Heb je misschien niet de ideale vooropleiding, maar wel de passie en inzet? Wij helpen je om je droom waar te maken. Extra studietoetsen nodig? Stuvia staat voor je klaar!



### Je mag zijn wie je bent

Bij Howest kan je jezelf zijn. Je hoeft je niet aan te passen om erbij te horen. We geloven in de kracht van diversiteit en de unieke talenten van elke student. We helpen je om het beste uit jezelf te halen.



### Praktijkgerichte opleidingen

Theorie is belangrijk, maar bij Howest staat een hands-on aanpak centraal. Daarom duik je vanaf de start van je opleiding in de praktijk. Dankzij stages, bedrijfsbezoeken en projecten groei je stap voor stap uit tot een young professional die klaar is om te starten.



### Warme community

Bij Howest kom je terecht in een hechte klasgroep waar iedereen elkaar kent. De sfeer is warm en ondersteunend, waardoor je je snel thuis voelt. Er is tijd voor persoonlijke begeleiding en veel ruimte voor interactie en samenwerking tussen studenten onderling. Zo krijg jij de kans om je in een vertrouwde en veilige omgeving te ontplooiën.



Bezoek de campus en maak kennis met de opleiding [howest.be/kennismaken](https://howest.be/kennismaken)





## » INTERNATIONALISERING

Elke Howest-opleiding zit boordevol **internationaliseringskansen**. Je krijgt daardoor de kans om je internationale en interculturele skills te ontwikkelen. Dankzij een semester of goed begeleide stage in het buitenland krijg je een fris perspectief en ontdek je nieuwe mogelijkheden.

Zo'n internationale ervaring levert je ook nieuwe vriendschappen op, helpt je omgaan met diversiteit en geeft je meer zelfvertrouwen. **Onze afgestudeerde Howesters merken dat ook werkgevers enthousiast zijn over hun buitenlandse ervaring.** Ze waarderen de flexibiliteit, ondernemende mindset en zelfstandigheid die je ermee opbouwt.

Howest maakt bovendien deel uit van **RUN-EU**, een Europees netwerk van tien universiteiten uit negen landen dat korte uitwisselingen naar Finland, Ierland, Nederland, Oostenrijk, Portugal, Roemenië, Spanje of Tsjechië mogelijk maakt.

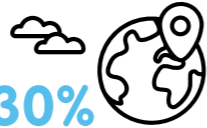


Mail International Office voor meer info via [international.office@howest.be](mailto:international.office@howest.be)

[www.howest.be/naar-het-buitenland](http://www.howest.be/naar-het-buitenland)

[howest\\_international](https://www.instagram.com/howest_international)

### Facts & Figures

  
**30%**  
van Howest studenten heeft een buitenlandse ervaring

  
**1.537**  
internationale studenten

  
**117**  
verschillende nationaliteiten

proud member of  REGIONAL UNIVERSITY NETWORK EUROPEAN UNIVERSITY



## » LAAT JE VERDER INSPIREREN

Infodagen in Brugge, Kortrijk en Oudenaarde



⌚ 10u-16u



⌚ 10u-16u



⌚ 10u-16u



⌚ 10u-16u



⌚ 17u-19u30



meer info: [howest.be/infodagen](http://howest.be/infodagen)

## » BESLIST? *Let's go!*

- 1 Inschrijven**  
Heb je de knoop doorgehakt? Dan kan je overgaan tot je inschrijving. Meer info via [howest.be/inschrijven](http://howest.be/inschrijven)
- 2 Instapcursussen**  
Toekomstige Howest-studenten kunnen instapcursussen volgen om zich voor te bereiden, met basiskennis en een voorproefje van de opleiding. Het overzicht van de cursussen is online beschikbaar vanaf april.
- 3 Onthaaldagen**  
Tijdens de onthaaldagen ontvang je informatie over je lessenrooster, reglementen, studentenbegeleiding, en je Howest e-mailaccount.
- 4 Begin van de lessen**

**Alles voor een vlotte start!**



# howest

hogeschool




## » INTERESSE IN DEZE OPLEIDING?



Mail **Lynn Matton** via  
[sportenbewegen@howest.be](mailto:sportenbewegen@howest.be)

[www.howest.be/sb](http://www.howest.be/sb)

 [sportenbewegen](https://www.instagram.com/sportenbewegen)

 [howestbe](https://www.tiktok.com/howestbe)



 **howest**  
SPORT & BEWEGEN